آیورویدک
فارماکوپیا
مؤلف
کوراج وید پرکاش بی۔ اے۔ آیورویدسٹ

آیورویدک کے مشہور مستند گرنتھوں کا نچوڑ
آسان زبان میں

آیورویدک فارماکوپیا

مؤلف

کویراج وید پرکاش بی اے آیوروسٹ
ایڈیٹر آیوروید سماچار امرتسر

شائع کردہ
اشوک آیورویدک فارمیسی
۴۲ اکالی مارکیٹ امرتسر

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

جملہ حقوق محفوظ

تعداد .. .. .. ایک ہزار

اشاعت .. .. .. اوّل

سن ۱۹۶۱ء

قیمت
دو روپے

لا آرٹ پریس سنتوکھ سر امرتسر میں باہتمام گیانچند ریجی پرنٹر کے چھپا

کتبہ .. رام بھایا پرچڑھ

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

ڈیڈیکیشن

اُن معالجوں کے نام

جو دیسی طب میں یقین رکھتے ہیں

اور جو

خدمتِ فن کیساتھ عوامی صحت و تندرستی کو مُقدم

خیال کرتے ہیں

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

تعارف

کوبراج ویدیہ پرکاش جی تالے میرے عزیز ہیں - اگر میں اُن کی ذات باصفات کے متعلق کچھ عرض کروں تو یقیناً اسے مدحت طرازی پر محمول کیا جائے گا۔ مگر چونکہ سچائی کا اپنا وجود ہے اسلئے ہم آفتاب عالم تاب کو بہر درخشاں ہی کہیں گے - اگر ہم حقیقت کو جب بیان کر دیں تو یہیں حقیقت نمائی تصور ہوگی - اور یہ بھی ایک واقع اصلیت ہے کہ ویدیہ پرکاش جی کا شمار اُن کامیاب ترین ماہرین فن ویدوں میں سے ہے جو اعلیٰ تعلیم کے حصول کے بعد آیوروید کی ترویج و خدمت کیطرف مائل ہوئے۔ مخفی نہ رہے کہ تمام علوم و فنون میں طبابت کا فن ایک ایسا مقدس و افضل معجزہ ہے جسے دیگر علوم پر برتری و فوقیت حاصل ہے - جب یہ ویدیہ مایوس العلاج مریض کو صحت و تندرستی سے ہمکنار کراتا ہے اور اُسے زندہ رہنے کی تلقین کرتا ہے زندگی و صحت دونوں بیش بہا نعمتیں ہیں - اوّل الذکر ایشور کی قدرت و اختیار میں ہے اور مؤخر الذکر وید کے ہاتھوں میں ہوتی ہے - یہاں وید سے مراد عطائی نہیں بلکہ تجربہ کار و تربیت یافتہ وید سے ہے - جو صحیح معنوں میں وید کہلانے کا مستحق ہو -

ویدیہ پرکاش جی قدیم گرنتھوں کے ساتھ ساتھ جدید طبی نظریات سے بھی کما حقہٗ آشنا ہیں وہ مصنف کی دور رس نگاہوں میں فطری بصیرت ہے جو آسمان طب کی فضائے بسیط پر مرکوز ہے - تالیف ہذا ان کی بلند پروازی اور قوت فکر و عمل کی منہ بولتی مثال ہے میں یہاں انکی ذہانت اور محنت و جانفشانی کی داد دیئے بغیر نہیں رہ سکتا - میری تمنا ہے کہ ویدیہ جی جذبہ دل کیساتھ آیوروید کا پرچار کریں تاکہ غریب و مسکین عوام کو آیورویدک طریقہ علاج میں افادیت اور مقدس ویدیہ کا جاہ و جلال نظر آجائے

خادم آیوروید - شری دھرما یادھاری

کویراج وید پرکاش بی اے۔ آیورویدیسٹ

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

Ayurvedacharya :

Pt. Shridhar Mayadhari Ji

SHASTRI

Principal :

PANCHANAD AYURVEDIC COLLEGE

Ex-President

Punjab Provincial Ayurvedic Congress,

AMRITSAR.

پیش لفظ

طب آیورویدک کے اس عالمِ انحطاط میں جبکہ اس مقدس اور عظیم فن کی چاروں اطراف سے ناقدری ہو رہی ہے خدشہ ہے کہ کہیں یہ علم رفتہ رفتہ ناپید بلکہ معدوم ہی نہ ہو جائے۔ جیمز اوّل کے عہد میں شاہی کتب خانے کی جانب سے برٹش فارماکوپیا جیسی جامع اور مشہور کتاب کی اشاعت ہوئی تھی۔ چنانچہ پہلا نسخہ ۱۸۶۴ء میں طباعت پذیر ہوا۔ اور اس کے بعد مزید اضافے ہوتے رہے۔

ہندوستان میں ۱۸۸۴ء میں حکومتِ بنگال نے بھی بنگال فارماکوپیا شائع کیا تھا۔

۱۹۶۶ء میں وزیرِ ہند کے حکم سے ایک انڈین فارماکوپیا وجود میں آیا۔

میری اس تالیف کا سب سے بڑا محرک یہی برٹش فارماکوپیا ہے۔ جہاں تک میری دانست کا تعلق ہے آیورویدک کا اُردو زبان میں کوئی مستند اور جامع فارماکوپیا موجود نہیں میں نے اس خلا کو بشدت محسوس کیا ہے۔ میرا لائحہ عمل یہ ہے کہ اطبائے نامدار بالخصوص عوام کو آیوروید کی افادیت اور اہمیت سے کما حقہٗ روشناس کرایا جائے۔ مقصدیت کے لئے بلا کسی ذاتی مفاد وسیع القلبی کیساتھ آیورویدک گرنتھوں کی اشاعت کیجائے بجائے ہر کس گرنتھوں کا مطالعہ کرنا ہر ایک کے بس کا روگ نہیں۔ اوّل تو اصل گرنتھ ناپید ہیں دوسرے ان کی زبان اس قدر مشکل ہے کہ عام قاری کے احاطۂ ذہن میں وارد ہی نہیں ہو سکتی۔

میں نے بیشتر گرنتھوں کا آپس میں موازنہ کر کے معلوم کیا ہے کہ ایک ہی نام کے دیگر گرنتھوں میں بھی بڑا تضاد اور تفاوت ہے۔ ایک نسخہ جو کسی گرنتھ میں درج ہے وہ نسخہ اسی نام کے دوسرے گرنتھ میں مختلف نظر آتا ہے۔ میں نے کافی جستجو تحقیق اور غور و مطالعہ کے بعد اشوک آیوروید فارماکوپیا مرتب کیا ہے۔ اس میں مندرج نسخہ جات بالکل صحیح اور معتبر ہیں ——— آیوروید کی ترویج و ترقی کے سلسلہ میں تالیف ہذا ایک مفید کڑی ہے

یقین کامل ہے کہ اہلِ ہنر اور اربابِ فن میرے عزم کا خوشی خیر مقدم کریں گے۔ فارماکوپیا میں وہی مجربات شامل کئے گئے ہیں جو اشوک آیورویدک فارمیسی کے معمولات میں داخل ہیں اور ان کی ہر اسلوب پر تصدیق ہو چکی ہے۔

مؤلف

کویراج وید پرکاش بی اے

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

طبِ آیورویدک کی قدیم تاریخ

قدیم گرنتھوں کے مطابق آیورویدک طب کی ابتداء تین لاکھ چالیس ہزار سال قبل برہما جی نے کی تھی۔ برہما جی نے رفاہِ عام کے افادہ کی غرض سے ایک گرنتھ تحریر کیا۔ اس آیوروید گرنتھ میں زندگی کی دلچسپی۔ اعادۂ شباب (کایاکلپ) اور حصولِ صحت و حیات کے دقیق اصول اور نسخے درج تھے۔ برہما جی کی یہ اولین تصنیف ایک سو ابواب پر مشتمل تھی۔ جن میں ایک لاکھ اشلوک تھے۔ یہ نادر گرنتھ نایاب تھا۔ بعض مورخین و محققین فرماتے ہیں کہ اس عظیم القدر گرانمایہ گرنتھ کی جھلک سشرت کی تصنیف میں پائی جاتی ہے۔

برہما جی سے اس فنِ مقدس آیورویدک کو برہم دیو نے حاصل کیا (برہم دیو کو دکشن پرجاپتی بھی کہتے ہیں۔ یہ مہادیو کے سسر تھے) دکشن نے اپنی فہم و فراست سے دکشن سنگھتا نامی آیوروید گرنتھ تحریر کیا۔ ترویجِ علم کے لئے اس نے اشونی کماروں کو جو کہ وہ جڑواں بھائی تھے یہ پُراسرار علم ودیعت میں دیا۔ اشونی کماروں کے والد ماجد بھگوان سورج اور والدہ چھایا تھی۔

دونوں بھائی آیوروید میں اتنی مہارت اور کمال رکھتے تھے کہ دیوتاؤں نے ان کی فضیلت سے متاثر ہو کر انہیں اپنا راج وید مقرر کیا۔ طبابت کے علاوہ دونوں بھائی جراحی (سرجری) کے فن میں بھی مشتاق تھے۔ روایت ہے کہ دکشن پرجاپتی نے ایک بار مہا یگیہ کیا جس میں تمام دیوتاؤں نے شرکت کی مگر غرور نے اپنے داماد مہادیو جی کو دعوت نامہ نہ بھیجا۔ مہادیو کی رفیقۂ حیات بن بلائے اپنے والد یعنی دکشن پرجاپتی کے ہاں چلی گئی۔ وہاں اس نے اپنے شوہر بھگوان شنکر مہادیو جی کی توہین و تذلیل کا منظر دیکھا تو یگیہ کی آگ میں ہی کود کر زندہ جل کر خاکستر ہو گئی۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

اس واقعہ کی جب مہادیو جی کو خبر ملی تو انہوں نے ویر بھدر کو بھیجا۔ ویر بھدر نے آتے ہی یگیہ شالا کا انتظام درہم برہم کر دیا اور جوشِ غضب میں کر دکشن پرجاپتی کا سر تن سے جدا کر کے یگیہ کی آگ میں جلا ڈالا۔ جوشِ انتقام فرو ہونے پر دیوتاؤں نے اپنے راج وید اشونی کماروں سے درخواست کی کہ وہ اپنے استادِ محترم دکشن کا سر دوبارہ جوڑ دیں چنانچہ اشونی کماروں نے بکرے کا سر لے کر دکشن پرجاپتی کے دھڑ پر اس طرح جوڑا کہ سب مبہوت رہ گئے۔ تب سے یہ دونوں بھائی دیوتاؤں کو اور بھی زیادہ عزیز ہو گئے۔ دونوں بھائیوں کی فنی قابلیت اور مہارتِ تامہ کو دیکھ کر سورگ کے راجہ (اندر) کو بھی اکتسابِ فن کا شوق چرایا۔ اشونی کماروں نے راجہ اندر کو آیوروید میں کامل بنا دیا۔ رفتہ رفتہ جب اس علمِ مقدس کو زوال آنے لگا تب سب دیوتاؤں کو فکر دامنگیر ہوا۔ انہوں نے ہمالیہ پربت پر ایک عظیم اجتماع کیا۔ متفقہ فیصلے کے مطابق برہم رشی بھاردواج سے استدعا کی گئی کہ وہ مہاراج اندر سے یہ فن حاصل کر کے اسے فروغ دیں۔ بھاردواج رشی نے آیوروید پڑھا سیکھ کر دوسرے رشیوں کو بھی اپنا ساتھی بنا لیا۔ ان ساتھی رشیوں میں سے اترے رشی نے اس فن میں [illegible] حاصل کر لیا۔ جراحی میں خصوصیت سے کمال حاصل کیا تھا۔ انہوں نے آیوروید پر بہت سی کتابیں بھی لکھیں۔ جن میں اترے سنگھتا مشہور گرنتھ ہے۔

"اترے سنگھتا" پانچ ابواب پر حاوی ہے۔ گرنتھوں میں اسے بڑا رتبہ حاصل ہے۔
مہرشی اترے جی کے چھ مشہور زمانہ ہونہار شاگرد تھے جن کے نام درج ذیل ہیں۔

۱۔ اگنی ویش ۲۔ بھیل ۳۔ جاتوکرن ۴۔ پراشر ۵۔ ہاریت۔
۶۔ کشیرپانی۔

اترے جی کے تمام عالم فاضل شاگردوں نے کتابیں تصنیف کیں۔

شومئی تقدیر اس عہد میں کوئی ایسی وبا نازل ہوئی کہ یہ آیورویدک فن زوال پذیر ہونے لگا۔ تو [illegible] بھگوان وشنو کے مشورہ سے دیوتاؤں اور راکشسوں

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

نے اپنے اپنے حصّے کے لئے سمندر کو بلو کر آبِ حیات (امرت) اور دیگر قیمتی جواہرات نکالنے کی سعی حاصل کی۔ جسے پُرانوں اور عرفِ عام میں "امرت منتھن" بھی کہتے ہیں۔ چنانچہ ایک قوی الجثہ، طویل القامت سانپ واسُوکی ناگ کو مندھیاچل پربت کے اردگرد لپیٹ کر سمندر کے بیچ کھڑا کیا گیا۔ قادرِ مطلق بھگوان وشنو نارائن نے اپنا ایک دُوسرا وجود کچھوا بنایا اور کچھپ اوتار لے کر سمندر کے نیچے چلے گئے تاکہ مسلسل جنبشوں سے مندھیاچل پربت تحت الثریٰ یعنی پاتال میں نہ دھنس جائے۔ واسُوکی ناگ کے مُنہ کی طرف راکشس کھڑے تھے اور دُم کی جانب دیوتا ——— سانپ کی زہریلی پُھنکاروں کے سبب راکشس سیاہ فام ہو گئے۔ بالآخر سمندر بلونے سے چودہ نایاب رتن برآمد ہوئے۔ جن میں شراب، چاند، کلپ ورکش، ایراوت ہاتھی، اُچی شروا نامی گھوڑا، لکشمی (دولت) وِش (ہلاہل) کوستبھ جواہر، اپسرا، کام دھینو گائے، کمان و تیر اور مہاراج دھنونتری وید امرت کا گھڑا لائے تھے۔

بعد میں ان چودہ رتنوں کی تقسیم یُوں ہُوئی کہ لکشمی بھگوان وشنو نے لے لی۔ امرت دیوتاؤں نے لے لیا اور دُوسری اشیاء گرانقدر بھی تقسیم ہُوئیں۔ مگر وِش (ہلاہل) زہر کو نہ تو دیوتاؤں نے قبول کیا اور نہ ہی راکشس اسے لینے پر راضی ہوئے۔ تب بھگوان شنکر مہادیو جی نے ہلاہل وِش کو اپنے حلق میں اُتار لیا۔ جس سے اُن کا گلا نیلے رنگ کا ہو گیا۔ اسی مناسبت سے بھگوان شنکر کو نیل کنٹھ یعنی نیلے گلے والا بھی کہتے ہیں۔ مشہور ہے کہ بھگوان شنکر نے جس وقت وِش (سمِ قاتل) کو قبول کیا اُس وقت چھینٹے جو چند قطرے زمین پر گرے ان کے زہریلے اثر سے سانپ بچھو وغیرہ حشرات الارض پیدا ہوئے۔ اور مہاراج دھنونتری تب آشفا (یعنی آیوروید) دیوتا کے نام سے مقبول ہوئے۔ اہلِ ہنود کے نزدیک دھنونتری جی کا وہی رتبہ ہے جو اہلِ یونان میں اسقلیوس کا مقام ہے۔ دیوتاؤں کی التجا پر دھنونتری جی نے دُنیاوی انسانوں کی صحت، تندرستی اور

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

زندگی کے لئے کاشی میں ایک راجہ کے ہاں جنم لیا اور دیو داس کے نام سے اِس فرضِ مقدس کو سرانجام کیا۔ بعینہٖ یہی حکایت سشرت میں بھی مرقوم ہے۔ مگر گروڑ پُران میں اس واقعہ کو یُوں پیش کیا ہے کہ دیو داس دھنونتری جی کی بجائے اُن کی چوتھی پُشت کی اولاد ہے۔ اکثر محققین، قطع نظر ازیں کہ مہاراج بکرماجیت کے عہدِ حکومت میں ایک اور دھنونتری بھی ہو گذرا ہے۔ اسی نے راج نگھنٹو نامی گرنتھ تصنیف کیا تھا۔ دیو داس کے شاگردوں میں سُشرت نامی جراح ہوا ہے۔ سُشرت وشوامتر رشی کا لختِ جگر تھا۔ اسکی مشہور کتاب سشرت سنگھتا ہے جو اس زمانے میں بھی دستیاب ہے۔ مگر موجودہ سشرت سنگھتا میں کافی ترامیم کی ہوئی معلوم ہوتی ہیں۔ مہرشی چرک بھی کاشی میں پیدا ہوئے تھے۔ مؤرخین کا بیان ہے کہ آغازِ عالم میں ہی ان کا ظہور ہوا تھا۔ اکثر مختلف الرائے ہیں کہ وہ حضرت عیسیٰ مسیح علیہ السلام سے ۳۲۰ برس قبل پیدا ہوئے تھے۔ بہرحال وہ قابل ترین آیوروید عالم اور ایک کامیاب وید تصوّر کئے جاتے ہیں۔ جنھوں نے آیوروید کو زندہ جاوید بنانے کے لئے بحد کوشش کی اور اپنی تمام تر محنت کو چرک سنگھتا میں جذب کر دیا۔ چرک سنگھتا ان کی مشہور کتاب ہے۔ بعض علمائے فن کہتے ہیں کہ چرک رشی کشمیری النسل تھے۔

واگ بھٹ اوّل۔ علاقہ سندھ حال پاکستان میں پیدا ہُوا اور آیوروید میں کمال پیدا کر کے محبوبِ عام بن گیا۔ اِس کی کتاب اشٹانگ ہردے کے نام سے مقبول ہے۔ تاریخ دانوں نے اس کا عہد دو سو برس قبل از مسیح بتایا ہے۔

شارنگدھر۔ غالباً آٹھویں صدی عیسوی میں پیدا ہُوا۔ اس نے علم الادویہ (دوا سازی) پر شارنگدھر گرنتھ لکھا۔ یہ اعلیٰ گرنتھ آج بھی داخلِ نصاب ہے۔

مادھو آچاریہ۔ بمقام گولکنڈہ کا باشندہ تھا۔ اس نے آیوروید پر مادھو ندان نامی بہترین علمی جو ایک مستند گرنتھ ہے۔ اسی گرنتھ کا عربی

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

ترجمہ خلفائے عباسیہ کے عہد میں ہوا تھا۔

واگ بھٹ ثانی۔ اس نے اشٹانگ ہردے کی تقلید میں اشٹانگ ہردے سنگھتا لکھی تھی۔

بھاسکر بھٹ۔ قابل وید تھا۔ اس نے شریر پدمنی نامی گرنتھ لکھا۔

چکردت پانی۔ ۱۰۶۰ء میں پیدا ہوا اور چرک و سشرت کے گرنتھوں کی شرح لکھی۔

بھاو مشر۔ ۱۵۵۰ء میں اس وید راج بھاؤ پرکاش گرنتھ لکھا۔

زہری۔ کشمیری النسل تھا۔ جس نے راج نگھنٹو (عالم المفردات) پر جامع گرنتھ لکھا تھا۔ فارسی میں اسی گرنتھ کا ترجمہ بعنوان بستان المفردات ہے

ڈاکٹر ایپل اپنی کتاب میں تحریر کرتا ہے کہ علم طب ہندوستان سے ہی عرب تک پہنچا تھا۔ ہندوستان آیوروید طب کا منبع ہے۔

سر ولیم ہنٹر لکھتے ہیں کہ عربی طب کی تصانیف سنسکرت میں لکھی ہوئی آیوروید کتابوں کا ترجمہ ورثہ ہیں۔ جن کے تراجم زیادہ تر خلفائے بغداد بالخصوص خلیفہ ہارون الرشید کے عہد میں ہوئے تھے۔ شیخ بوعلی سینا۔ ابو محمد زکریا رازی کی کتابیں بھی چرک و سشرت کی تعریف کرتی ہیں۔

ابو محمد زکریا رازی نے چرک رشی کو طب میں امام تسلیم کیا ہے اور اثبات کے لئے بعض مقامات پر حوالے بھی دیئے ہیں۔

رشی چرک کے گرنتھ کا سب سے پہلا ترجمہ پہلوی زبان میں ہوا تھا۔ بعد میں عبداللہ بن علی نے اس کتاب پر ایک سیر حاصل شرح لکھی۔ اور فارسی ترجمے کو عربی کا لباس عنایت کیا خلیفہ منصور نے بھی بہت سی کیا بیدی اور علمی کتابوں کے ترجمے کرائے تھے۔ آیوروید کا فن ابتدائے آفرینش سے ہی مروج ہے اور جملہ حکیموں کا منبع و سرچشمہ ہے دوسری تمام حکمتیاں فی الحقیقت اسی آیوروید کی شاخیں ہیں جو شکل و صورت سے اس قدر مسخ ہو چکی ہیں کہ انکی پہچان بھی مشکل ہے۔ (مولف)

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

فہرست

آسوا رشٹ

اولیہ پاک

رس گولیاں وغیرہ ۹۶

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana
https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

آسو اور ارشٹ بنانے کی ترکیب

مرض کے علاج کا سب سے بڑا ذریعہ دوا سازی ہے۔ جس میں تازہ جڑی بوٹیوں سے حاصل کردہ رس (عصارہ) استعمال کئے جاتے ہیں۔ چونکہ ہر موسم اور ہر خطے میں تازہ جڑی بوٹیاں ہر وقت دستیاب نہیں ہو سکتیں لہٰذا اس مشکل کو آسان کرنے کے لئے بوٹیوں کو خشک کر کے انہیں قابل استعمال بنایا گیا۔ تاکہ بوقت ضرورت ان بوٹیوں کے کاڑھے سے علاج معالجہ کیا جا سکے۔

کاڑھوں کو ایک عرصہ تک کارآمد، مفید اور موثر بنانے کے لئے ضروری ہے کہ انہیں محفوظ (PRESERVE) کیا جائے۔ چنانچہ کاڑھوں کو دیر تک با اثر و مفید رکھنے کے لئے آسو یا ارشٹ کا طریق کار ایجاد ہوا۔

آسو ارشٹ کا سب سے بڑا مقصد یہ ہے کہ غیر موسمی اور غیر علاقوں کی بوٹیوں کے قیمتی جوہر کاڑھوں کی شکل میں دیر تک محفوظ رہ سکیں اور ہر موسم اور ہر علاقہ میں بلا خوف و خطر استعمال کئے جا سکیں۔ بوٹیوں کے رس یا کاڑھے آسو یا ارشٹ کی صورت میں ایک مدت تک محفوظ اور غیر متعفن رہتے ہیں۔ نیز ان میں وہی خوبیاں اور فوائد ہوتے ہیں جو ایک تازہ بوٹی کا خاصہ ہے۔

آسو یا ارشٹوں کو خراب یا بدبودار ہونے سے بچانے کا واحد طریقہ یہ ہے کہ ان میں الکحل کا جزو پیدا کیا جائے۔ اس غرض کے لئے رس یا کاڑھوں میں مناسب مقدار میں کھانڈ، گڑ یا شہد کی آمیزش کی جاتی ہے تاکہ خمیر اٹھایا جائے۔ خمیر اٹھنے سے آسو یا ارشٹ میں الکحل پیدا ہو جاتی ہے جس کا فعل رس یا کاڑھے کے اجزا موثر کی مکمل حفاظت کرتا ہے۔

آسو اور ارشٹ میں فرق

آسو اور ارشٹ میں یہی تفاوت ہے کہ آسو صرف تر و تازہ جڑی بوٹیوں کے رسوں سے تیار کیا جاتا ہے اور ارشٹ خشک بوٹیوں کے کاڑھوں سے تیار ہوتا ہے۔

آسو ارشٹ کے برتن

آسو یا ارشٹ بنانے کے لئے جو برتن استعمال کئے جائیں وہ صاف ستھرے ہونے چاہئیں۔ اس حفاظتی تدبیر سے آسو یا ارشٹ میں نہ تو بدبو کے اثرات پیدا ہوں گے نہ ہی ترشی کا احتمال ہوگا۔

خمیر اٹھانے کے لئے سب سے بڑا کام درجۂ حرارت (ٹمپریچر) کا ایک خاص سطح پر رکھنا ہے کیونکہ آسو یا ارشٹ میں خمیر اٹھانے کے لئے جو بیکٹیریا (BECTERIA) کام کرتے ہیں وہ ایک خاص درجہ حرارت میں ہی سرگرم کار ہوتے ہیں۔ سطحی درجہ حرارت 30 سے 35 سینٹی گریڈ ہوتا ہے۔ اس سے کم ہونے کی صورت میں یہ مفید بیکٹیریا سست ہو کر اپنا کام چھوڑ دیتے ہیں۔ جس کے سبب نہ تو خمیر اٹھتا ہے اور نہ ہی الکحل پیدا ہوتی ہے جو آسو ارشٹ کو دیر تک محفوظ رکھتی ہے۔ 40 سنٹی گریڈ درجہ حرارت ہونے پر یہ بیکٹیریا شدت سے ہلاک ہو جاتے ہیں۔ لہٰذا موسم کے مطابق آسو ارشٹ کے گھڑے کے درجۂ حرارت کو ایک خاص معیار (STANDARD) پر رکھنا چاہیئے۔

موسم سرما میں جبکہ سردی کے سبب گھڑے میں پڑا ہوا کاڑھا بھی سرد ہو تو اسے گرم کرنے کے لئے حرارت دینا ہوگی۔ تاکہ خمیر اٹھانے والے بیکٹیریا زندگی پا کر اپنا عمل

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana
https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

چورن کی تعریف ١٤٥

کواتھ (جوشاندے) ١٥٣

تیل و گھرت

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

شروع کریں۔

موسم گرما میں گرمی کی وجہ سے مٹکے میں پیدا ہوا اُبال بھی اُبلتا ہو تو اس صورت میں بکٹیریا ہلاک ہو جاتے ہیں۔ اس وقت یہ احتیاط رکھیں کہ درجہ حرارت زیادہ نہ بڑھے تاکہ بکٹیریا زندہ رہیں اور خمیر اُٹھاتے رہیں۔ اس سائنٹیفک عمل سے آسو ارشٹ صحیح اور معیاری ثابت ہوتے ہیں۔ اور ایک مدت تک پڑے رہنے پر بھی نہ تو خراب ہوتے ہیں اور نہ ہی اپنی تاثیر کھوتے ہیں۔

دُوسری احتیاطی تدبیر یہ ہے کہ خمیر اُٹھانے کے لئے خمیر (YEAST) دینا بھی ضروری ہے۔

زمانۂ قدیم میں وید لوگ بطور خمیر (YEAST) خمیر اُٹھانے کے لئے گُل دھاوا استعمال میں لایا کرتے تھے۔ گُل دھاوا اپنی خاصیت کے اعتبار سے خمیر پیدا کرنے والا ہوتا ہے۔

موجودہ زمانہ میں جبکہ ہر کام میں ترقی پسندی کی جا رہی ہے خمیر اُٹھانے کے معاملہ میں بھی گُل دھاوا کے ساتھ ساتھ (YEAST) کو بہتر اور اعلیٰ سمجھا گیا ہے۔

درجہ حرارت زیادہ تیز ہونے کی وجہ سے آسو یا ارشٹ میں خمیر اُٹھانے والے بکٹیریا ضائع ہو جائیں تو اس صورت میں (YEAST) سے دوبارہ بکٹیریا پیدا کرنے میں امداد لی جا سکتی ہے۔ بکٹیریا الکحل پیدا کرتے ہیں۔ الکحل آسو یا ارشٹ کو درست اور عمدہ بناتی ہے۔

آجکل فارمیسی میں آسو ارشٹ کی تیاری میں سردی و گرمی سے محافظت کے لئے درجہ حرارت پر قابو پانے والے جدید قسم کے کنٹرول لگائے گئے ہیں۔ تاکہ

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

سردی گرمی کی حدت آسو یا ارشٹ پر اثر انداز نہ ہو سکے۔ اس ترکیب سے درجہ حرارت ایک خاص سطح پر قائم رہتا ہے اور آسو ارشٹ عمدہ، پُرتاثیر اور غیر متعفن تیار ہوتے ہیں۔

آسو بنانیکا عام اور قدیم طریقہ

آسو بنانے کے لئے اجزاء کو خوب کوٹ کر مٹی کے بڑے مٹکے میں ہمراہ پانی گڑ یا شہد (جو مطابق نسخہ درج ہو) ڈال کر حل کریں۔ اور اس کے منہ پر سرپوش رکھ کر مٹی سے ہی مُنہ بند کر دیں۔ زیادہ گرمی کے دنوں میں دو ہفتہ معمولی گرمی میں تین ہفتہ یا ایک ماہ تک بند پڑا رہنے دیں۔ مٹکے کا مُنہ کھولنے سے پہلے مٹکے سے کان لگا کر معلوم کریں کہ اسمیں کوئی آواز تو نہیں آتی۔ تبھی اسے کھولنا چاہیئے۔

مکمل و غیر مکمل کی شناخت

مٹکے کو ذرا سا کھول کر یکدم جلتی ہوئی دیا سلائی داخل کریں اگر بجھ جائے تو سمجھ لیں کہ خام ہے۔ اسے دوبارہ بند کر کے رکھنا چاہیئے۔ دیا سلائی نہ بجھنے کی صورت میں اور صاف نِتھرا ہوا ہونے پر آسو ارشٹ تیار اور مکمل سمجھنا چاہیئے۔ بس کپڑے میں چھان کر بوتلوں میں بھر لیں۔

عام ہدایات

۱۔ مٹکے کو مُنہ تک ہرگز نہ بھریں بلکہ ½ یا ⅓ حصّہ خالی رہنا چاہیئے۔

۲۔ آسو یا ارشٹ میں ڈالا جانے والا شہد یا گڑ تازہ نہ ہو بلکہ پرانا ہو۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

۳- کاڑھا بالکل ٹھنڈا کر کے مٹکے میں ڈالیں۔

۴- وہ مٹکے استعمال نہ کریں جن میں سرکہ تیار کیا گیا ہو یا پہلے آسو ترش ہو گیا ہو۔

۵- آسو ارشٹ جس قدر پرانے ہوں گے اتنے ہی زیادہ پُر تاثیر اور قیمتی ہو جاتے ہیں۔

۶- عمدہ و اعلیٰ آسو ارشٹ کی یہ شناخت ہے کہ وہ خوش رنگت۔ پتلے۔ نتھرے ہوئے شیریں اور خوشبودار ہوں۔ ترش آسو ناقص ہوتے ہیں۔ اور جلد خراب ہو جاتے ہیں۔

۷- سردی کے موسم میں مٹکے کو بھوسے میں دبا دینا چاہیے تاکہ درجہ حرارت پیدا ہونے سے خمیر اٹھے۔

۸- اجزاء عمدہ۔ صاف اور غیر کرم خوردہ ڈالنے چاہئیں۔

ابھیا ارشٹ (بھیشج رتناولی)

اجزاء:- ہرڑ پانچ سیر۔ منقیٰ اڑھائی سیر۔ بابڑنگ آدھ سیر۔ گل مہوہ آدھ سیر۔ ڈیڑھ من پختہ پانی میں اسقدر پکائیں کہ پانی پندرہ سیر باقی رہ جائے اسے اتار کر چھان لیں۔ اور گڑ پرانا پانچ سیر گوکھرو۔ تروی۔ دھنیا۔ گل دھاوا۔ جڑ اندرائن چویہ۔ حب الآس۔ سونٹھ۔ جڑ جماکلونڈ۔ موچرس ہر ایک ۱۰-۱۰ تولہ۔ جوکوب کر کے شامل کریں اور بطریق مشہور آسو تیار کریں۔

خوراک:- نصف تولہ سے دو تولہ تک ہمراہ برابر وزن پانی۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

فوائد:- بواسیر خونی و ریحی۔ قبض دائمی اور دیگر تمام امراض معدہ۔ و امعاء کے لئے زود اثر ہے۔ پیشاب آور بھی ہے۔

انگور آسو (شارنگدھر)

اجزاء:- تازہ انگوروں کا رس ۱۰ سیر میں کھانڈ سوا چھ سیر۔ شہد سوا چھ سیر۔ شامل کر کے اس کے بعد گل دھاوا ایک سیر۔ سرو چینی۔ لونگ۔ جائفل۔ مرچ سیاہ۔ دارچینی۔ الائچی خورد۔ تیزپات۔ ناگکیسر۔ سنگھاڑا۔ چترک کی جڑ کی چھال۔ چویہ۔ پیپلامول۔ ریٹھوکا۔ ہر ایک پانچ پانچ تولہ ملا کر بطریق مشہور آسو تیار کریں۔

خوراک:- غذا کے بعد ایک تولہ آسو میں برابر کا پانی ڈال کر پلائیں۔

فوائد:- پرانی کھانسی پھیپھڑوں کی کمزوری۔ دمہ۔ گلے کے امراض۔ عام جسمانی کمزوری۔ کمی خون۔ اپھارہ۔ باؤگولہ اور پلیہ کے لئے مفید ہے۔ اس کے استعمال سے جسم میں تازہ اور نیا خون پیدا ہوتا ہے۔ قبض رفع ہوتی ہے۔ علاوہ ازیں پھیپھڑوں کی جھلی سے چپکی ہوئی بلغم (کف) کو دور کرتا ہے۔

نوٹ:- آیورویدک شاستروں میں انگور آسو نام کا کوئی آسو درج نہیں ہے۔

اشوک ارشٹ (بھیشج رتناولی)

اجزاء:- اشوک کی چھال پانچ سیر جوکوب کر کے ڈیڑھ من پانی میں پکائیں سولہ سیر رہ جائے تب اتار کر سرد ہونے دیں۔ اور گڑ دس سیر۔ گل دھاوا چونسٹھ تولہ۔ زیرہ۔ موتھا۔ سونٹھ۔ دارہلدی۔ نیلوفر۔ ترپھلہ۔ مغز تخم آم۔ زیرہ سفید

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

امرت ارشٹ (رائے پور بنگرہ)

اجزاء:۔ گلو اور دشمول پانچ پانچ سیر ڈیڑھ من پانی میں پکائیں۔ جب پندرہ سیر رہ جائے تب چھان کر گڑ پرانا پندرہ سیر ڈالیں۔ بعد ازاں زیرہ چونسٹھ تولہ۔ شاہترہ آٹھ تولہ۔ ستاد۔ مرچ سیاہ۔ نگرموتھا۔ سونٹھ۔ ناگرموتھا۔ ناگ کیسر۔ کٹکی۔ اتیس۔ اندرجو۔ ہر ایک چار چار تولہ۔ کوٹ کر ڈالیں اور ارشٹ تیار کریں۔

خوراک:۔ ایک تا ۲ تولہ برابر کا پانی ملا کر بعد از غذا۔

فوائد:۔ ہر قسم کے بخار، بگڑا ہوا بخار۔ تپ دق۔ تپ لرزہ اور طلیم جگر و طحال کو نافع ہے۔ جگر اور تلی کو طبعی حالت پر لاتا ہے۔ جسم کی کمزوری اور بھوک کو دور کرتا ہے۔ ہاضم ہے۔ اشتہا پیدا کرتا ہے۔ اور طاقت دیتا ہے۔ کمزوروں کے لئے بالخصوص جنہیں بخار کے سبب نقاہت ہو بے حد منافع بخش ارشٹ ہے۔

ارجن ارشٹ

اجزاء:۔ ارجن کی چھال پانچ سیر منقیٰ اڑھائی سیر۔ گل مہوہ ایک سیر۔ ڈیڑھ من پانی میں پکائیں۔ پندرہ سیر باقی رہنے پر چھان لیں۔ اور گل دھاوا ایک سیر۔ گڑ پانچ سیر ملا کر ارشٹ تیار کریں۔

خوراک:۔ ایک سے دو تولہ تک برابر کا پانی ملا کر۔

فوائد:۔ دل کی تمام بیماریوں کیلئے آب حیات ہے پھیپھڑوں کو طاقت دیتا ہے۔ دل کی دھڑکن، دل کا بیٹھنا۔ دل کا کمزور ہونا میں مفید ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

بال۔ صندل سفید ہر ایک چار چار تولہ۔ باریک کر کے شامل کریں اور حسب دستور ارشٹ تیار کریں۔

خوراک:۔ ایک تولہ تا دو تولہ ہمراہ پانی برابر وزن۔

فوائد:۔ سوزش رحم مٹاتا ہے۔ حیض کا درد سے آنا۔ خونِ حیض کا زیادہ آنا۔ استقرار حمل نہ ہونا اور جملہ امراض رحم کے لئے اکسیر ہے۔ حابس الدم ہے۔ اس لئے خونی بواسیر کو مفید ہے۔ بخار اور سیلان الدم (رکت پت) جریان الرحم کے لئے سودمند ہے۔

غرض تمام امراض زنانہ کے لئے بے نظیر ارشٹ ہے۔

اشوگندھا ارشٹ (بھیشج رتناولی)

اجزاء:۔ اسگندھ اڑھائی سیر۔ موصلی سفید ایک سیر۔ مجیٹھ۔ پوست بلیلہ۔ ہلدی۔ دارہلدی۔ ملٹھی۔ راسنا۔ بداری کند۔ چھال ارجن۔ موتھا۔ ترودی۔ ہر ایک آدھ سیر۔ اننت مول۔ شیاما۔ چندن سرخ۔ چندن سفید۔ وچ۔ چترک۔ ہر ایک بتیس بتیس تولہ۔ تمام ادویہ کو جو کوب کر کے پونے تین من پانی میں پکائیں۔ جب تیس سیر باقی رہے تب اتار کر چھان لیں اور گل دھاوا چونسٹھ تولہ۔ ناگ کیسر ترکٹا آٹھ آٹھ تولہ۔ ترجات پرینگو ہر ایک سولہ تولہ۔ کھانڈ دس سیر۔ شہد دس سیر ملا کر آسو بنائیں۔

خوراک:۔ ایک تولہ تا دو تولہ۔

فوائد:۔ مرگی۔ غشی۔ خفقان۔ ضعف معدہ۔ تپ دق۔ عام جسمانی کمزوری دبلاپن اور امراض ریحی کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

اروند آسو (آیارید سنگرہ)

اجزاء:- کنول، خس، کھبھاری کے پھل، نیلوفر، مجیٹھ، الائچی خورد، جٹا ماسی، بلا، موتھا، اننت مول، ہرڑ، بہیڑہ، آملہ، ورچ، کچور، ترودی، بیل کے پتے، پٹول پتر، شاہترہ، اجن چھال، گل مہوہ، ملٹھی ہر ایک چار چار تولہ۔ باریک کر کے منقیٰ ایک سیر، گل دھاوا چونسٹھ تولہ، کھانڈ پانچ سیر، شہد اڑھائی سیر، پانی پچیس سیر، آسو تیار کریں۔

خوراک:- بچوں کو دس بوند تا ایک چمچہ عرق سونف میں دیں۔

فوائد:- بچوں کی تمام امراض مثلاً تپ، اسہال، دانت نکالنے کی تکلیف، ہلکا بخار، سردرد، جسمانی کمزوری، ضعف معدہ، اور کو اگر تا میں استعمال کرایا جاتا ہے۔ جب دودھ ہضم نہ ہو یا گلے میں خرابی ہو تب بھی فائدہ کرتا ہے۔ بچوں کے لئے بہترین ارشٹ ہے۔

اشیر آسو (شارنگدھر)

اجزاء:- خس، نیتر بالا، کنول کے پھول، کنبھاری، نیلوفر، پرینگو، پدماکھ، لودھ، مجیٹھ، دھماسہ، پاٹھا، چرائتہ، پوست برگد (بڑ)، پوست درخت گولر، کچور، شاہترہ، سفید نیلوفر، پٹول پتر، پوست کچنار، پوست درخت جامن، گوند سنبل، تمام ادویات چار چار تولہ لیں۔ مویز منقیٰ ایک سیر، گل دھاوا تیرہ چھٹانک، کھانڈ دہ سیر، شہد دہ سیر، پانی تیس سیر۔

ترکیب تیاری:- اول مٹکے کے اندر مرچ سیاہ اور بابچی کی دھونی دیں

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

بعد ازاں تمام نباتاتی ادویہ جوکوب کر کے اسمیں ڈال دیں۔ اور بطریق آسو تیار کریں۔

خوراک:- نصف تولہ سے دو تولہ برابر کا پانی ملا کر بعد از غذا دیں۔

فوائد:- رکت پت، یرقان، فساد خون، جریان، بواسیر، امراض کرم، سوجن کے لئے مفید ہے۔ خون میں بڑھی ہوئی گرمی کو اعتدال پر لا کر تسکین دیتا ہے۔

ببول ارشٹ (شارنگدھر)

اجزاء:- پوست کیکر دس سیر کو جوکوب کر کے ڈیڑھ من پانی میں پکائیں جب پانی سوا سیر باقی رہ جائے تب اتار کر سرد کریں اور اسمیں گڑ دہ سیر ملا کر مندرجہ ذیل ادویات کا اضافہ کریں۔

گل دھاوا چونسٹھ تولے، پپلی آٹھ تولے، جائفل، سرد چینی، الائچی خورد، دارچینی، تیز پات، ناگ کیسر، لونگ، مرچ سیاہ ہر ایک چار چار تولہ۔ حسب دستور ارشٹ تیار کریں۔

خوراک:- دو تولہ سے تین تولہ تک برابر کا پانی ملا کر دیں۔

فوائد:- کھانسی، دمہ، اسہال کہنہ (پرانے دست) جذام (کشٹ روگ) گلے کی خرابی اور مرض سنگرہنی میں نفع کرتا ہے۔ مقوی معدہ بھی ہے۔ بلغم پیدا ہونے سے روکتا ہے۔

پپلی آسو (شارنگدھر)

اجزاء:- منقیٰ مویز پونے چار سیر، گل دھاوا دس چھٹانک، گڑ پندرہ سیر،

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

پانی بتیس سیر۔ نگھاں۔ مرچ سیاہ۔ چھریہ۔ ہلدی۔ چترک۔ ناگرموتھا۔ بابڑنگ۔ سپاری۔ لودھ پٹھانی۔ پاٹھا۔ آملہ۔ ایلوا۔ کاسچل۔ خس۔ چندن سفید۔ کٹھ۔ لونگ۔ تگر۔ جٹاماسی۔ دارچینی۔ الائچی خورد۔ تیزپات۔ پریگو۔ ناگ کیسر ہر ایک اڑھائی تولہ۔ حسب دستور آسو تیار کریں۔

خوراک :- ایک سے دو تولہ تک ہم وزن پانی میں ملا کر بعد از غذا دونوں وقت۔

فوائد :- حرارت ہاضمہ کو تیز کرتا ہے جسکی بدولت غذا جلد ہضم ہو کر جزو بدن بنتی ہے۔ قبض کشا ہے۔ بواسیر خونی و بادی۔ باؤ گولہ۔ سنگرہنی میں اکسیر صفت ہے۔ یہ آسو تپ دق میں بھی دیا جا سکتا ہے۔

پُنرنوا آسو (بیشج رتناولی)

اجزاء :- ترکٹا۔ ترپھلا۔ دارہلدی۔ گوکھرو۔ کٹائی خورد و کلاں۔ جڑ بانسہ۔ جڑ ارنڈ۔ کٹکی۔ گج پیپل۔ جڑ اٹ سٹ۔ چھال نیم۔ ملی خشک۔ گلو۔ دھماسہ۔ پٹول پتر ہر ایک چار تولہ۔ گل دھاوا چونسٹھ تولہ۔ منقی ایک سیر۔ مصری دس سیر۔ شہد پانچ سیر۔ پانی بتیس سیر۔ مٹکے میں ڈال کر آسو بنالیں۔

خوراک :- ایک تا دو تولہ بعد از غذا دونوں اوقات۔

فوائد :- سوزش ہر قسم بالخصوص مرض استسقاء (جلودھر) میں جو پیدا ہوتی ہے حکمی و شرطیہ دوا ہے۔ امراض جگر و طحال۔ باؤ گولہ اور سوجن کے لئے بے حد مفید ثابت ہوا ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

جیرک آدی ارشٹ (بیشج رتناولی)

اجزاء :- زیرہ دس سیر کے کر ڈیڑھ من پانی میں پکائیں۔ پندرہ سیر رہنے پر چھان کر گڑ پندرہ سیر۔ گل دھاوا چونسٹھ تولہ۔ سونٹھ آٹھ تولہ۔ جائفل۔ موتھاں۔ چترجات۔ اجوائن۔ سرد چینی۔ لونگ ہر ایک چار چار تولہ۔ باریک کر کے ڈال کر تیار کریں۔

خوراک :- ایک تولہ صبح ایک تولہ شام بعد از غذا۔

فوائد :- پرسوتی بخار۔ قرار شکم۔ اسہال۔ انگڑائیاں۔ ہاتھ پاؤں میں جلن ہلکا ہلکا بخار۔ بے چینی۔ گھبراہٹ۔ بدہضمی کے لئے دیا جاتا ہے۔ زچگی کے بعد عورتوں کو بدہضمی اور ضعف معدہ کی جو شکایت پیدا ہو جاتی ہے اس کے استعمال سے رفع ہو جاتی ہے۔

چندن آسو (بیشج رتناولی)

اجزاء :- چندن سفید۔ نیتر بالا۔ موتھاں۔ کھمباری۔ نیلوفر۔ پرینگو۔ پدماکھ لودھ۔ مجیٹھ۔ چندن سرخ۔ پاٹھا۔ چرائتہ۔ پوست بڑ۔ پوست پیپل۔ شاہترہ۔ کچور ملٹھی۔ راسنا۔ پٹول پتر۔ پوست کچنار۔ پوست درخت آم۔ موچرس چار چار تولہ۔ گل دھاوا چونسٹھ تولہ۔ منقی ایک سیر۔ کھانڈ دس سیر۔ گڑ پرانا اڑھائی سیر۔ تمام ادویہ کو نیم کوفتہ کر کے آسو تیار کرنے کے لئے مٹکے میں ڈالیں اور پانی کی مقدار پندرہ سیر رکھیں۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

خوراک :- ایک تولہ تا دو تولہ بعد از غذا۔

فوائد :- سوزاک۔ جریان۔ پیشاب کی جلن۔ درد پیشاب۔ پیپ پیشاب کا پیلا پن اور گدلا ہونا دور کرتا ہے۔ ہاضم ہے۔ مصفی خون بھی ہے۔ نیز تسکین دیتا ہے۔ سوزاک کا قلع قمع کر دیتا ہے۔

دشمول ارشٹ (شارنگدھر)

اجزاء :- شال پرنی۔ پرشٹ پرنی۔ کٹنگی ہردو۔ گوکھرو۔ چھال بل۔ کمبھاری۔ پاڈھل ارنی۔ شیوناک۔ مذکورہ بالا دس ادویات دشمول کی ادویات ہیں۔ یہ ہر ایک بوزن ایک ایک پاؤ لیں۔ چترا۔ پوکھرمول ہر ایک سوا سیر۔ لودھ ایک سیر۔ گلو ایک سیر۔ آملہ چونسٹھ تولے۔ دھماسہ اڑتالیس تولے۔ چھال کھیر۔ بیجے سار۔ پوست ہلیلہ ہر ایک بتیس ۳۲ تولہ۔ کٹھ۔ مجیٹھ۔ دیودار۔ بابڑنگ۔ ملٹھی۔ بھارنگی۔ کتھ۔ پوست بلیلہ (بہیڑہ) بٹ سٹ۔ چویہ۔ جٹا ماسی۔ پریگو۔ انت مول۔ زیرہ سیاہ۔ تتوت۔ پیٹو کا۔ راسنا پیپل۔ سپاری۔ کچور۔ ہلدی۔ سونف۔ پدماکھ۔ ناگ کیسر۔ ناگرموتھا۔ اندرجو۔ سونٹھ ہر ایک آٹھ آٹھ تولہ۔ جیوک۔ رشبک۔ میدہ۔ مہامیدہ۔ ککولی۔ کھیر ککولی۔ ردھی وردھی ہر ایک آٹھ آٹھ تولے۔

تمام ادویات جو کوب کر کے تین من پانی میں پکائیں۔ جب تیس سیر پانی باقی رہ جائے تب اتار کر چھان لیں ——— منقی سوا تین سیر لے کر اسے تیرہ سیر پانی میں پکائیں۔ جب ساڑھے نو سیر کے قریب باقی رہے تو اتار کر چھان لیں اور پہلے کاڑھے میں شامل کر دیں۔ اور سا قندی گڑ بیس سیر۔ شہد ڈیڑھ سیر ملائیں ———

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

مندرجہ ذیل مفردات بھی سفوف کر کے داخل کریں۔

گل دھاوا ڈیڑھ سیر۔ سرد چینی۔ تیز بالا۔ صندل سفید۔ جائفل۔ لونگ۔ دارچینی الائچی خورد۔ تیز پات۔ ناگ کیسر۔ پپلی ہر ایک آٹھ آٹھ تولہ۔ کستوری تین ماشہ۔

جب ارشٹ تیار ہو جائے تب نرملی کے بیجوں کا سفوف ملا دیں تاکہ گاد تہہ نشین ہو جائے اور صاف ارشٹ نتھر آئے۔

خوراک :- ایک سے دو تولہ برابر پانی ملا کر بعد از غذا صبح و شام دیں۔

فوائد :- نروس سسٹم کی بیماریاں مثلاً لقوہ۔ فالج۔ رعشہ۔ اختناق الرحم (ہسٹیریا) میں مفید ہے۔ اعصابی کمزوری کو دور کرتا ہے۔ باؤگولہ۔ سنگرہنی۔ بادی امراض۔ یرقان۔ امراض معدہ۔ بواسیر۔ جریان۔ سنگ مثانہ و گردہ اور غذا میں رغبت نہ ہونے کے لئے فائدہ بخش ہے۔ زچگی کے بعد پرسوت اور پرسوت کے بخار کو نافع ہے۔ عورتوں کو از سر نو صحت دیتا ہے۔ رحم کی بیماریوں میں سود مند ہے۔ طاقت پیدا کرتا ہے ———

دراکشا سو (شارنگدھر)

اجزاء :- مویز منقی پانچ سیر کو سوا من پانی میں ڈال کر پکائیں۔ جب پندرہ سیر پانی باقی رہے تب اتار کر چھان لیں۔ اور سرد ہونے پہ مٹکے میں ڈال کر مندرجہ ذیل ادویات کا سفوف داخل کریں۔

سرد چینی۔ لونگ۔ جائفل۔ مرچ سیاہ۔ دارچینی۔ الائچی خورد۔ ناگ کیسر۔ پپلی۔ چترا۔ چویہ۔ پیٹو کا ہر ایک چار چار تولہ۔ گل دھاوا چونسٹھ تولہ۔ شہد پانچ سیر۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

کھانڈ پانچ سیر۔

ترکیب :۔ پہلے مٹکے کو اگر، چندن اور کافور کی دھونی دیں۔ بعد ازاں بطریق دستور ارشٹ تیار کریں۔

خوراک :۔ ایک تولہ سے دو تولہ تک برابر پانی ملا کر بعد از غذا دونوں وقت۔

فوائد :۔ کھانسی، دمہ، امراض سینہ و گلو۔ دائمی قبض اور خرابی ہاضمہ میں نفع کرتا ہے۔ آنتوں کے کرم ہلاک کرتا ہے۔ مرض سنگرہنی، باؤگولہ، بواسیر اور امراض چشم میں بھی فائدہ کرتا ہے۔ خون پیدا کر کے وزن بڑھاتا ہے۔ بھوک لگاتا ہے۔ قبض کشا ہے۔ جسمانی کمزوری کو دور کر کے جسم میں طاقت پیدا کرتا ہے۔ پھیپھڑوں کی کمزوری کو دور کر کے انہیں مضبوط بناتا ہے۔

روہتیک ارشٹ (شارنگدھر)

اجزاء :۔ درخت روہیڑے کی چھال پانچ سیر لے کر جوکوب کریں اور پانی ڈیڑھ من میں ڈال کر جوشاندہ (کاڑھا) بنائیں۔ جب چوتھائی پانی باقی رہے تب چھان کر اس میں گڑ دس سیر شامل کریں۔ بعد اس کے حسب ذیل ادویات بھی داخل کریں۔ گل دھاوا چونسٹھ تولہ۔ پیپل، پیپل مول، چویہ، چترک، سونٹھ، دارچینی، الائچی خورد، تیزپات، ہڑ، بہیڑہ، آملہ ہر ایک چار چار تولہ۔ مٹکے میں حسب دستور ارشٹ تیار کریں۔

خوراک :۔ نصف تولہ سے دو تولہ تک برابر وزن پانی ملا کر بعد از غذا صبح و شام۔

فوائد :۔ مرض طحال (تلی) کو دور کرتا ہے۔ عموماً ملیریا بخار اترنے کے بعد

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

تلی بڑھ جایا کرتی ہے۔ اس حالت میں روہتیک ارشٹ شفا کرتا ہے۔ اور تلی کو گھٹا دیتا ہے۔ بواسیر، سنگرہنی، یرقان، سوجن، باؤگولہ میں بھی فائدہ کرتا ہے۔

سارسوت ارشٹ

اجزاء :۔ برہمی پنچانگ دو سیر۔ ستاور، بداری کند، پوست ہلیلہ، خس، سونٹھ، سونف ہر ایک آدھ سیر۔ تیس سیر پانی میں پکائیں۔ جب چوتھائی پانی باقی رہے تب چھان کر شہد ایک سیر، مصری دو سیر، گل دھاوا آدھ سیر میں حسب ذیل ادویہ کا سفوف ڈالیں۔ رینوکا، ترودی، مگھاں، لونگ، ورچ، کٹھ، اسگندھ، پوست بہیڑہ، گلو، الائچی خورد، بابڑنگ، دارچینی دو دو تولہ۔ کسی چینی کے برتن میں رکھیں۔ ازاں بعد ایک تولہ سونا کے باریک پترے ڈال دیں اور آسو تیار کریں۔

خوراک :۔ نصف تولہ تا دو تولہ برابر پانی ملا کر دیں۔

فوائد :۔ ضعف دماغ اور نسیان (یادداشت کی کمی) امراض منی اور نقائص حیض کو رفع کرتا ہے۔ گلا صاف ہوتا ہے۔ خوش ذائقہ اور مفرح ہے۔ ممکن ہے۔ اس کے استعمال سے جوہر دماغ کو قوت ملتی ہے۔ جس کے باعث حیرت انگیز طور پر یادداشت بڑھ جاتی ہے۔ طلباء، وکلاء اور دماغی محنت کرنے والے حضرات کے لئے از حد مفید ہے۔ لکنت (ہکلاپن) کو بھی نفع دیتا ہے۔

ساریوادی آسو (بھیشج رتناولی)

اجزاء :۔ اننت مول، موتھاں، لودھ، پوست بڑ، پوست پیپل، پدماکھ

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

اننت مول سفید۔ پدماکھ۔ نیتر بالا۔ پاٹھا۔ آملہ۔ گلو خس۔ چندن سرخ۔ چندن سفید
اجوائن۔ کٹکی۔ ہر ایک چار چار تولہ۔ الائچی۔ الائچی کلاں۔ کٹھ۔ سنا مکی۔ پوست ہرڑ۔
سوا سوا تولہ۔ باریک کرکے مٹکے میں ڈالیں اور پانی پچیس سیر شامل کرکے آسو تیار کریں۔

خوراک :۔ ایک تا دو تولہ برابر کا پانی ملا کر بعد از غذا دیں۔

فوائد :۔ گرمی یا کسی دوسرے موسم میں جبکہ خون کی خرابی سے پھوڑے، پھنسیاں اور خارش پیدا ہو گئی ہو آتشک۔ نقرس۔ جگندر میں جادو کا اثر دکھاتا ہے۔ پیشاب آور ہے۔ خون کی حدت کو کم کرکے تسکین دیتا ہے۔

کنک آسو (بھیشج رتناولی)

اجزاء :۔ پنچانگ دھتورا۔ جڑ بانسہ ہر دو سوا سوا تولہ۔ ملٹھی۔ ناگکیسر۔ کٹیری
پیپل۔ سونٹھ۔ بھرنگی۔ تالیس پتر آٹھ آٹھ تولہ۔ سفوف کریں۔ گل دھاوا چونسٹھ تولہ۔ منقی
ایک سیر۔ شہد اڑھائی سیر۔ کھانڈ پانچ سیر پانی پچیس سیر۔ مٹکے میں ڈال کر مخلوط کریں۔

خوراک :۔ ایک تولہ صبح ایک تولہ شام بعد از غذا۔

فوائد :۔ دمہ۔ کھانسی۔ سل۔ تپدق۔ سیلان خون۔ رکت پت اور پرانے بخاروں میں استعمال کیا جاتا ہے۔

کنج ارشٹ (بھیشج رتناولی)

اجزاء :۔ کوڑا چھال (کوڑاسک) پانچ سیر۔ منقی اڑھائی سیر۔ گل مہوہ۔ کمبھاری
نصف نصف سیر جو کوب کرکے ڈیڑھ من پانی میں پکائیں۔ جب پندرہ سیر باقی رہے تب

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

گل دھاوا ایک سیر۔ گڑ پانچ سیر ملاویں۔ اور ارشٹ تیار کریں۔

خوراک :۔ ایک تولہ تا دو تولہ برابر کا پانی یا عرق سونف ملا کر

فوائد :۔ سنگرہنی۔ پیچش۔ بواسیر۔ عفونی اسہال اور بخاروں میں اپنا اثر دکھاتا ہے۔ ہاضم بھی ہے۔

کماری آسو (شارنگدھر)

اجزاء :۔ رس گھیکوار سوا سیر۔ برادہ آہن (لوہے کا چورن) اڑھائی سیر۔
گڑ پانچ سیر۔ شہد اڑھائی سیر۔ پانی سوا سیر۔ مٹکے میں ڈال کر حسب ذیل ادویات کا سفوف
داخل کریں۔

مرچ سیاہ۔ گھاس۔ سونٹھ۔ لونگ۔ چترک۔ پیپلا مول۔ بابڑنگ۔ گج پیپل۔ چوبہ
ہاؤبیر۔ دھنیا۔ سپاری۔ کٹکی۔ موتھاں۔ ہرڑ۔ بہیڑہ۔ آملہ۔ راسنا۔ دیودار۔ ہلدی
دارہلدی۔ مروڑ پھلی۔ ملٹھی۔ جڑ جماگوٹہ۔ پاکھر مول۔ کھریٹی۔ کنگھی۔ تخم کونچ۔ گوکھرو۔
سونف۔ ہنگوپتری۔ عقرقرحا۔ تخم اوٹنگن۔ جڑ اٹسٹ۔ سرخ اور سفید۔ دودھ بھسم سوناکھی
ہر ایک دو دو تولہ۔ گل دھاوا بتیس ۳۲ تولہ۔ حسب دستور آسو تیار کریں۔

خوراک :۔ ایک تولہ سے دو تولہ تک برابر کا پانی ملا کر بعد از غذا دیں۔

فوائد :۔ امراض طحال و جگر۔ یرقان۔ قبض۔ کمی خون۔ امراض معدہ و امعاء کو مفید ہے۔ مرض رنگی (جریان اور جلودھر استسقاء) کو بھی نفع دیتا ہے۔ اس کے استعمال سے قوت جسمانی میں بھی اضافہ ہوتا ہے اور ریح بڑھتا ہے۔ ہر قسم کے درد۔ نفخ (اپھارہ) پیشاب میں شکر آنا اور قبض میں بھی فائدہ کرتا ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

جب جگر میں صفرا (پت) کے غلبے سے رکاوٹ پیدا ہو جاتی ہے تو صفراوی مادّے کا کسی طرح اخراج نہیں ہوتا۔ صفرا کے اخراج کے دو ذرائع ہیں۔ اوّل پیشاب دوم پاخانہ۔ لیکن جگر میں نقص ہونے کے سبب صفراوی مادہ خارج نہیں ہو پاتا اور خون میں بسرعت شامل ہونے لگتا ہے۔ اس حالت میں مریض کو پیاس لگتی ہے اور بے چینی سی رہتی ہے۔ کیونکہ خون صالح نہیں ہوتا۔ ان حالات میں بھی کماری آسو پورا فائدہ کرتا ہے۔ اور جملہ عوارض کو دُور کرنے میں اکسیر ہے۔ اعتبار من الطمث (حیض کی کمی) میں بھی دیا جاتا ہے۔ اس سے حیض کی رکاوٹ بھی کھل جاتی ہے۔ درد رحم میں کمی ہوتی ہے۔ خون بلا تکلیف جاری ہونے سے نہ صرف رحم صاف ہو جاتا ہے بلکہ اس سے متعلق دوسرے امراض بھی رفع ہو جاتے ہیں۔

کماری آسو جگر کے افعال کو درست کر کے مرض موٹاپا کو بھی دُور کرتا ہے۔ کھانا کھانے میں رغبت پیدا کرتا ہے۔

کھدرارشٹ (شارنگدھرا)

اجزاء :- گوند درخت کھیر اڑھائی سیر، برادہ دیودار اڑھائی سیر، باچی (؟) اڑتالیس تولہ، دارھلدی ایک سیر، ہرڑ، بہیڑہ، آملہ۔ تینوں ایک سیر

مذکورہ بالا ادویات جو کوب کر کے تین من پانی میں پکائیں۔ جب پانی سوا سیر باقی رہ جائے تب چھان کر سرد ہونے پر مٹکے میں ڈالیں اور شہد دس سیر، کھانڈ پانچ سیر، گل دھاوہ ایک سیر داخل کر کے حسب ذیل ادویات کا سفوف شامل کریں۔

مرچ چینی، ناگ کیسر، جائفل، لونگ، تیزپات، دارچینی، الائچی خورد ہر ایک چار تولہ، بگھاں سولہ تولہ۔ بطریق مشہور ارشٹ تیار کریں۔

خوراک :- ایک تولہ سے دو تولہ برابر کا پانی ڈال کر بعد از غذا دونوں وقت دیں۔

فوائد :- امراض جلد میں بے حد مفید ثابت ہوا ہے۔ اس کے استعمال سے ہر قسم کی خارش، پھوڑے پھنسی، چھلبہری، داد، چنبل، دھدر، باؤ گولہ، پیٹ کے زخم اور معمولی پیٹ کے کیڑے دُور ہوتے ہیں۔ اگر غدود (GLANDS) پھول جائیں تو اس کے پینے سے اصل حالت پر آ جاتے ہیں۔

نوٹ :- بالعموم دواساز چھال درخت کھیر استعمال میں لاتے ہیں جو اپنا صحیح اثر نہیں دکھاتی۔ دراصل کھدرارشٹ میں چھال کی بجائے گوند کھیر ڈالنا چاہیئے۔ جس سے کتھہ تیار ہوتا ہے۔

لوہ آسو (شارنگدھرا)

اجزاء :- کشتہ آہن، سونٹھ، مگھاں، مرچ سیاہ، ہرڑ، بہیڑہ، آملہ، اجوائن، بابڑنگ، موتھاں، چیترک کی جڑ کی چھال ہر ایک سولہ سولہ تولہ لیں۔ گل دھاوا ایک سیر باریک کر کے چکنے مٹکے میں ڈال کر تیس سیر پانی ڈالیں۔ اس کے ساتھ ہی شہد سوا تین سیر اور گڑ پانچ سیر شامل کر کے بند کر دیں۔

خوراک :- نصف تولہ سے دو تولہ تک ہموزن پانی ملا کر بعد از غذا صبح و شام دیں۔

فوائد :- یرقان، جس کی خون، باؤ گولہ، پرانا بخار، کھانسی، تلی و جگر کا بڑھ جانا، بھگندر، درد شکم میں خصوصیات سے دیا جاتا ہے۔ قوت ہاضمہ کو تیز کر کے خوراک جلد ہضم کرتا ہے۔ خون پیدا کرتا ہے۔ جگر کے فعل کو درست کر کے نظام جسم کو درست بناتا ہے

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana
https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

جسمانی کمزوری کو دور کر کے طاقت دیتا ہے۔

وڑنگارشٹ (بیشج رتناولی)

اجزاء :- بابڑنگ۔ پیپلامول۔ دستا۔ کیچ چھال۔ اندرجو۔ پاٹھا۔ ایلوا۔ کھیل آملہ ہر ایک پانچ پانچ چھٹانک لیکر کوفتہ بیختہ کر کے تین من آٹھ سیر پانی میں ڈال کر کاڑھا بنائیں بتیس ۳۲ سیر پانی باقی رہنے پر چھان لیں۔ اور دارچینی۔ الائچی۔ تیج پات تینوں دس تولہ۔ پرینگو۔ کچنار چھال۔ لودھ پانچ پانچ تولہ۔ سونٹھ۔ موتھاں۔ مرچ سیاہ تینوں چالیس تولہ۔ گل دھاوا سوا سیر۔ شہد پونے انیس سیر ۱۸¾ سیر ڈال کر بہ دستور معروف اریشٹ تیار کریں۔

خوراک :- نصف تا ایک اونس بعد از غذا۔

فوائد :- خنازیر۔ جسم کے غدودوں کے نقائص رفع کرنے میں اعجاز خاص رکھتا ہے۔ بھگندر۔ پرانے زخم۔ کرم امعاء میں بھی مفید و موثر ہے۔

اہی فین آسو (بیشج رتناولی)

اجزاء :- شراب مہوہ پانچ سیر میں افیون سولہ تولہ۔ موتھاں۔ جائفل۔ اندرجو۔ الائچی خورد چار چار تولہ سفوف کر کے ڈالیں اور شیشے کے برتن میں آسو بنالیں۔

خوراک :- پانچ تا دس بوند ہمراہ عرق سونف ہر تین گھنٹہ کے بعد دیں۔

فوائد :- اسہال۔ قے۔ پیچش۔ ہیضہ۔ درد شکم اور بدہضمی میں دیا جاتا ہے۔ اگر اس کے استعمال سے اپھارہ ہو تو قدرے سونف ابال کر پلانے سے ہوا خارج ہو۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

کرپور آسو (بیشج رتناولی)

اجزاء :- شراب تند درجہ اول پانچ سیر کے کافور اعلیٰ بتیس ۳۲ تولہ۔ الائچی۔ موتھاں۔ سونٹھ۔ اجوائن۔ مرچ سیاہ ہر ایک چار چار تولہ کوٹ پیس کر ملائیں۔ اور شیشہ کے مرتبان میں ایک ماہ تک رکھیں۔

خوراک :- پانچ تا دس بوند ہمراہ عرق سونف یا عرق پودینہ۔

فوائد :- ہیضہ۔ اسہال۔ قے۔ پیچش۔ بدہضمی اور درد کاردوں میں نفع کرتا ہے ہیضہ میں یہ آسو مریض کو دوبارہ زندگی بخشتا ہے۔

مرگ مد آسو (بیشج رتناولی)

اجزاء :- مرت سنجیونی سرا (ایک ڈیک شراب) اڑھائی سیر شہد سوا سیر۔ پانی سوا سیر شامل کریں اور کستوری سولہ تولہ حل کریں۔ بعدہ ذیل کی ادویہ کا سفوف ملا دیں۔ مرچ سیاہ۔ لونگ۔ جائفل۔ پیپل۔ دارچینی آٹھ آٹھ تولہ۔ کسی چینی کے برتن میں ایک ماہ تک رکھیں۔

خوراک :- تین تا دس بوند پانی میں دیں۔

فوائد :- کستوری کا یہ عمدہ ترین نفیس اور قیمتی آسو ہے۔ سنپات کے بخار بیہوشی اور ہیضہ میں اپنا اعجاز دکھاتا ہے۔ سنپات بخار میں مریض کا دل ڈوبنے لگے تب بھی استعمال کرائیں۔ ہچکی دور کرتا ہے۔ اور جسم میں حرارت پیدا کرتا ہے۔ مقوی دل ہے ایک خوراک دینے سے دل کی کمزوری فوراً رفع ہو جاتی ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

اولیہ پاک (لعوق اور معجون)

انسان فطرتاً نفاست کا طلبگار رہا ہے۔ وہ ہر شے میں نزاکت تلاش کرتا ہے۔ حتیٰ کہ دواؤں کے استعمال میں بھی کڑوی کسیلی اور بدذائقہ دواؤں سے نفرت کرتا ہے۔ لوگ سفوف یا گولیاں کھانے کی نسبت کوئی میٹھی لذیذ شے کھانا پسند کرتے ہیں۔ چنانچہ اسی خواہش کو مدِنظر رکھتے ہوئے اولیہ پاک بنائے گئے تھے۔ اس مطلب کے لئے مطلوبہ کاڑھوں کو غلیظ کر کے اس میں کھانڈ، شہد، گُڑ کی آمیزش کیجاتی ہے۔

اولیہ پاک تیار کرنے میں مطلوبہ اجزاء کو بھوننے میں اس بات کی احتیاط درکار ہے کہ وہ زیادہ بھوننے پر بیکار ثابت نہ ہوں۔ بلکہ بھوننے کے لئے نرم آنچ دیں تاکہ مفردات کے ادویاتی اثرات زائل نہ ہوں۔

آیورویدک نسخوں میں اولیہ پاک کی تیاری کے بیان میں درج ہے کہ سفوف کی مقدار سے چار گنا کھانڈ، گُڑ کی مقدار دوگنا ہونی چاہیئے۔ اور پکانے کے لئے پانی دودھ یا کاڑھا چار گنا ہونا چاہیئے

صحیح اور درست اولیہ پاک میں تار پیدا ہوتی ہے اور اسے انگوٹھے اور انگلی کے درمیان رکھ کر دبانے سے گڑھا سا پڑ جاتا ہے۔ اسمیں خوشبو اور لذیذ ذائقہ ہوتا ہے۔ پانی میں ڈالنے سے تہ نشین ہوتا ہے۔

اولیہ پاک ایک سال تک اپنی قوت رکھتا ہے ایسا آیورویدک میں کہا

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

گیا ہے۔ مگر اہلِ یونان معجون کی عمر اور قوت تین سال بتاتے ہیں۔ میں نے پیاری پاک اور چیون پراش اولیہ کو برائے تجربہ تین سال تک رکھا۔ اور معلوم کیا کہ نہ تو یہ خراب ہوتے ہیں اور نہ ہی اپنی قوت کھوتے ہیں۔ الحاصل کہ سفوف کو محفوظ رکھنے کا طریقہ معجون یا اولیہ پاک کہا گیا ہے۔

سفوف کو اولیہ پاک کی شکل میں بنانے کیلئے اسکی قوت میں بھی اضافہ ہو جاتا ہے۔

بانسہ اولیہ (روگ رتناکر)

اجزاء:۔ بانسہ پانچ سیر لے کر ایک من پانی میں اس قدر پکائیں کہ دس سیر پانی باقی رہ جائے تب اتار کر چھان لیں۔ اور اسمیں سفوف ہرڑ تین سیر، کھانڈ پانچ سیر ڈال کر لعوق (چٹنی) کا قوام بنالیں۔ سرد ہونے پر سولہ تولہ شہد ملا کر چینی کے برتن میں رکھیں۔

خوراک:۔ چھ ماشہ تا ایک تولہ ہمراہ نیم گرم پانی۔

فوائد:۔ کھانسی، دمہ، رکت پت (سیلان خون) دق کو مفید ہے۔ امراض حلق، امراضِ معدہ اور امراض سینہ میں اکسیر صفت ہے۔

چیون پراش اولیہ

اجزاء:۔ پاڈھل، ارنی، کنبھاری، بیل، شیوناک، گوکھرو، ماش پرنی، مرگ پرنی، کٹائی خورد، کٹائی کلاں، پیپلی، گج پیپل، موچلی مول، کاکڑا سینگی۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

منقی۔ گلو۔ ہرڑ۔ بلا۔ بھوی آملہ۔ بانسہ۔ بردھی۔ جیونتی۔ کچور۔ جیوک۔ رشبھک۔
ناگر موتھا۔ پوکرمول۔ کاک نامہ۔ شاپرنی۔ پرشٹ پرنی۔ بداری کند۔ اشٹ
کاکولی۔ کھیر کاکولی نیلوفر۔ میدا۔ مہا میدہ۔ الائچی۔ اگر۔ سفید چندن ہر ایک چار تولہ۔
جو کوب کریں۔

ایک بڑی دیگ میں بتیس سیر پانی ڈال کر ان ادویہ کو پکائیں۔ اور ۵ سیر آملہ بناری
لیکر کھدر کی تھیلی میں باندھ کر ڈالیں۔ جب چوتھائی پانی بقایا رہ جائے تب اُتار کر تھیلی
نکالیں۔ اور پانی کو چھان کر جُدا رکھیں۔ اب پکے آملوں کی گٹھلی نکال کر کھدر کے سفید
کپڑے میں مل مل کر ان کا عصارہ درس بنالیں۔ اس عصارے کو دیگ میں پہلے روغن
گنجد پانچ چھٹانک آگ پر رکھ کر سُرخ کریں۔ بعد چھ چھٹانک گھی گائے ملا کر مدھم آنچ دیں
جب آملوں کا عصارہ سُرخ ہو جائے کا تب گھی چھوڑ دیگا۔

اُسوقت پیلا کاڑھا اور ساتھ ہی ۵ سیر کھانڈ یا مصری ڈال کر پکائیں۔ جب معجون
کا قوام ہو جائے تب اُتار کر حسب ذیل ادویہ کا سفوف ملائیں۔

بنسلوچن سولہ تولے۔ مگھاں آٹھ تولے۔ دارچینی۔ پترج۔ الائچی۔ ناگ کیسر ایک
ایک تولہ سرد ہونے پر اڑتالیس تولے شہد شامل کریں۔

خوراک :۔ تین ماشہ تا ایک تولہ ہمراہ دودھ گائے صبح وشام۔

فوائد :۔ کھانسی۔ دمہ۔ تپ دق۔ پھیپھڑوں کی کمزوری۔ سِل۔ تھوک کیساتھ
خون آنا۔ زکام۔ نزلہ۔ جسمانی کمزوری۔ بلغم کا زور۔ گلے کی بیماریوں کو مفید ہے
مشہور رسائن ہے جو کہ چیون رشی جی کی تیار کردہ مجرب رسائن ہے۔ اس کے
استعمال سے ان کے چہرے پر نور آ گیا تھا۔ اور ان کا کایا کلپ ہو گیا ۔۔ بوڑھوں

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

کے لئے تحفہ ہے۔ جوانوں کے لئے عمدہ غذا ہے۔

نوٹ :۔ اسکی تیاری میں دیگ وکھرپا، پیتل کا قلعی شدہ ہونا چاہئے

سپاری پاک (بیجشیع رتنا ولی)

اجزاء :۔ سپاری دکھنی تینتیس ۳۳ تولہ۔ الائچی خورد۔ تیزپات۔ دارچینی۔ ناگ کیسر
ترپھلا۔ لونگ۔ سفید چندن۔ سنبل الطیب (بالچھڑ) تالیس پتر۔ کنول گٹہ نیلوفر
بنسلوچن۔ سنگھاڑہ۔ زیرہ سیاہ۔ بداری کند۔ گوکھرو۔ ستاور۔ گل مالتی۔ آملہ چھ چھ
ماشہ۔ کافور ایک تولہ۔

پہلے سپاری کا سفوف بنائیں اور دیگر ادویہ کا الگ سفوف بنائیں۔ دودھ
گائے دو سیر میں سپاری ڈال کر آگ پر رکھ کر ماوا بنائیں۔ اس ماوے (کھوئے) میں
ایک پاؤ گھی گائے ملا کر بھونیں۔ سُرخ ہونے پر اڑھائی سیر کھانڈ کا قوام ڈال کر پکائیں۔
معجون کا قوام ہونے پر بقایا سفوف شامل کریں۔

خوراک :۔ چھ ماشہ تا ایک تولہ صبح وشام دودھ کیساتھ پیشتر از غذا دیں۔

فوائد :۔ عورتوں کی تمام بیماریوں کے لئے تریاق ہے۔ جریان الرحم
(سفید رطوبت کا بہنا) رحم کی کمزوری۔ اٹھرا۔ اولاد پیدا کرنے کی صلاحیت
نہ ہونا۔ حمل کی حالت میں حمل کی حفاظت کر کے رحم کو مضبوط بنائے رکھتا ہے۔ کمر درد
کو مفید ہے۔ جسم میں طاقت پیدا کرے۔ الغرض عورتوں کی ہر بیماری کے لئے
مؤثر ترین پاک ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

سوبھاگیہ سونٹھی پاک (بھیشج رتناولی)

اجزاء: کیسرو، سنگھاڑا، کنول گٹہ، موتھاں، زیرہ سیاہ، زیرہ سفید، جائفل، جاوتری، لونگ، چھڑیلہ، ناگ کیسر، تیرج، تج، کچور، گگل دھاوا، الائچی، سونف، کشتہ ابرک ، ہر دو ۔ دو تولہ۔ دھنیا، گج پیپل، پپلی، مرچ سیاہ، ستاور، ایک ایک تولہ، سونٹھ سولہ تولہ، کشتہ فولاد دو تولہ، مصری ڈیڑھ سیر، گھی بتیس تولے، دودھ دو سیر۔

ترکیب: اول دودھ کا کھویا بنا کر اسے گھی میں بھون لیں۔ ازاں بعد کھانڈ کی چاشنی بنالیں۔ اور سونٹھ سفوف کردہ ڈالیں۔ بعد ازاں دیگر ادویہ کا سفوف ملا کر قوام بنالیں۔

خوراک: ۶ ماشہ تا ۱۰ ماشہ ہمراہ دودھ نیم گرم۔

فوائد: عورتوں کی زچگی کی حالت میں اس کا استعمال اپنا خاص اعجاز دکھاتا ہے۔ اس سے رحم صاف ہو کر اپنی طبعی حالت پر آجاتا ہے۔ درد کمر کو آرام ملتا ہے۔ وضع حمل کے بعد کی کمزوری کو رفع کر کے طاقت پیدا کرتا ہے۔ اسہال سنگرہنی اور پرسوت کے بخار کو رفع کرتا ہے۔ مقوی رحم ہے۔ وضع حمل کے بعد عموماً وایو بڑھنے سے حرارت ہاضمہ کمزور اور سست ہو جاتی ہے۔ اس بے نظیر پاک کے استعمال سے یہ شکایت بھی رفع ہو جاتی ہے۔ جسمانی دردوں کو بھی نفع دیتا ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

کوشمانڈ اولیہ (شارنگدھر)

اجزاء: پیٹھا کدو کش ریج خارج کردہ، پانچ سیر کو دس سیر پانی میں پکائیں جب پانی نصف رہے تب اتار کر چھان لیں اور پانی کو علیحدہ رکھیں۔
پیٹھے کو گھی میں مدھم آنچ پر خوب بھونیں۔
پیٹھے کے باقی ماندہ پانی کو پانچ سیر کھانڈ میں ملا کر چاشنی بنائیں اور بھونے ہوئے پیٹھے کو اس چاشنی میں ملا کر پاک بنائیں۔ بعد مندرجہ ذیل ادویہ شامل کریں۔
پپلی، سونٹھ، زیرہ سیاہ، ہر ایک آٹھ تولہ۔ دھنیا، تیزپات، دانہ الائچی خورد، مرچ سیاہ، دارچینی ہر ایک دو تولہ۔ سرد ہونے پر سولہ تولہ شہد کی آمیزش کر دیں۔

خوراک: ایک سے دو تولہ تک ہمراہ دودھ۔

فوائد: سیلان خون، نکسیر بہنا، بخار، کھانسی، دمہ میں مفید ہے۔ احتراق خون یعنی خون میں بڑھی ہوئی نامذ گرمی کو تسکین دے کر اعتدال پر لاتا ہے۔ کم عمری میں جو بوڑھے نظر آنے لگتے ہیں انہیں بھی قوت بخشتا ہے۔ قوت مردمی میں اضافہ کرتا ہے۔

موصلی پاک (یوگ چنتامنی)

اجزاء: موصلی سفید، ثعلب مصری ہر ایک دس تولہ۔ گوند کیکر، گوند ببری ایک ایک چھٹانک۔ مغز چلغوزہ، مغز بادام، نصف نصف چھٹانک۔ جائفل، جاوتری، الائچی خورد، ناگ کیسر، کشتہ قلعی، کشتہ مونگا، ہر ایک ۶ ماشہ۔ گھی بیس (۲۰) تولہ۔ کھانڈ ایک سیر۔ گھی میں گوندیں۔ بھون کر سرخ کریں۔ بعد میں باقی ادویہ کوٹ

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

چھان کر شامل کر دیں۔ اور کھانڈ کی چاشنی بنا کر معجون بنا لیں۔

خوراک :- ایک تا دو تولہ ہمراہ شیر گاؤ۔

فوائد :- جریان، احتلام، سرعت انزال، ضعف باہ دور کرتا ہے۔ ویرج کو خوب گاڑھا کر کے قابل اولاد بناتا ہے۔ جسم میں طاقت پیدا کر کے جسم کو فربہ و مضبوط بنانے میں بہتر ثابت ہوا ہے۔ ویرج کی خرابیوں کو دور کر کے اس کی اصلاح کرتا ہے۔

مدن آنند مودک (رس راج سندر)

اجزاء :- رس سیندور، گندھک شدھ، سہاگہ شدھ، کشتہ فولاد، کشتہ ابرک سیاہ، لونگ، جٹاماسی، ۳ مد، سونٹھ، مرچ سیاہ، مگھاں، ثعلب مصری، زیرہ سیاہ، زیرہ سفید، جائفل، جاوتری، دارچینی، تیز پات، ملٹھی، وچ، کٹھ، ہلدی، دیودار، سمندر پھل، بھرنگی، ناگ کیسر، کاکڑا سینگی، تالیس پتر، چترک، کشکا نفر، کوٹھی، کنگھی، شتاور، دھنیا، گج پیپل، کچور، نیتر بالا، موتھا، اسگندھ، بدھاری کند، ستاور، کونچ کے بیج ہر ایک دس دس تولہ۔

موصلی سنبل ڈیڑھ سیر، برگ بھنگ تین سیر، کھانڈ تمام سفوف سے دو چند۔

ترکیب :- اول رس سیندور کو کھرل میں باریک کر کے گندھک شامل کریں۔ کشتہ فولاد و کشتہ ابرک سیاہ بھی داخل کریں۔ بقایا سب ادویات کا سفوف بنا کر یکجا رکھیں۔

سطور یہ کھانڈ کی چاشنی تیار کر کے مذکورہ بالا ادویہ کے ہمراہ معجون تیار کریں۔

خوراک :- ایک ماشہ سے تین ماشہ تک ہمراہ دودھ۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

فوائد :- مادۂ تولید کو گاڑھا کر کے جریان، احتلام اور سرعت انزال کو دور کرتا ہے۔ قوت باہ بڑھاتا ہے۔ حرارت ہاضمہ کو تیز کرتا ہے۔ مقوی بدن ہے عورتوں کے بانجھ پن کو مفید ہے۔ رحم کو درست اور مضبوط بنا کر استقرار حمل کی طاقت و صلاحیت بخشتا ہے۔ یہ پاک مدن (کام دیو) کا آنند دینے والا ہے نامردی کو بھی دور کرتا ہے۔

کثرت جماع کی وجہ سے نروس سسٹم (اعصابی نظام) میں کمزوری سے اعضاء میں بے حسی رائج ہو جاتی ہے۔ اس سے قدرتاً نفسیاتی نامردی۔ یعنی (PSYCHOLOGICAL IMPOTENCY) کی علامات بھی ظاہر ہو جاتی ہیں۔ اس حالت میں جنسی قربت کی خواہش قطعی طور پر ختم ہو جایا کرتی ہے۔ اس مرض نامراد کا عمدہ علاج یہ ہے کہ سیدھا مکر دھوج۔ مدن آنند مودک کے ہمراہ دیں۔

یہ بے نظیر و قیمتی مرکب نروس سسٹم کو درست کر کے طاقت دیتا ہے۔ کمزور پٹھے چستی سے کام کرنے لگ جاتے ہیں۔ اس سے عضو مخصوص میں تندی و تیزی پیدا ہو جاتی ہے۔ مسلسل استعمال سے سرعت انزال کی شکایت ہمیشہ کے لئے دور ہو جاتی ہے اور طبعی امساک (NATURAL RETENTION) پیدا ہو جاتا ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

پارہ کی ماہیت اور اوصاف

نام - سنسکرت نام پارد ، اُردو ہندی پارہ ، فارسی میں سیماب - اور انگریزی میں مرکری کہتے ہیں۔

آیورویدمیں پارہ کی چار قسمیں درج ہیں ۔ سفید ، سُرخ ، زرد ، اور سیاہ ۔ ان میں اول الذکر قسم دستیاب ہوتی ہے ۔ متوخرالذکر قطعی ناپید ہے ۔ لہذا پارہ سفید ہی عام طور پر استعمال کیا جاتا ہے ۔ پارہ کی قدرو اہمیت اور فضیلت کے ضمن میں آیورویدگرنتھوں میں نہایت تفصیل کے ساتھ ذکر کیا گیا ہے مگر یہاں صرف اُس کے مُفید مطلب خلاصے کو ہی مدِنظر رکھا گیا ہے۔

پیچیدہ و کہنہ امراض میں جہاں عام دوایاتی مرکبات بے کار ثابت ہوتے ہیں وہاں پارہ کا مفرد یا مرکب استعمال کثیر نفع دیتا ہے اور مرض کو بیخ و بنیاد سے نیست و نابود کر دیتا ہے۔

آیورویدک طریقۂ علاج یہ ہے کہ تشخیص کے بعد دوا تجویز کرنے سے پیشتر یہ جائزہ لینا چاہیئے کہ دوا کے اندر دفیعۂ مرض کے لئے کون کون سے کارگر اور سُود مند رس (ذائقے) موجود ہیں۔

چھ رسوں کی تفصیل یوں ہے کہ :-

مدھر (۱) شیریں — لون (۳) نمکین

امل (۲) ترش — کٹو (۴) تلخ

تیکت (۵) چرپرا — کشائے (۶) کسیلا

مندرجہ بالا رسوں کو تنہا یا کسی دوسرے رس میں آمیزش کر کے مختلف خلطوں کے بگاڑ دُور کئے جاتے ہیں ۔ ان رسوں کو ایک دوسرے میں جُدا جُدا ترکیبوں سے باہم ملا کر وائو ، پت اور کف کے بگاڑ اور تمام امراض دُور کئے جا سکتے ہیں ۔ ان رسوں کی مختلف مجموعی صورتوں کی کُل تعداد ۶۳ ہے ۔

اس کے مرکبات تینوں خلطوں یا ان کی ملی ہوئی شکل سے پیدا ہونے والے امراض میں شافی ہوتے ہیں۔

تعجب کی بات ہے کہ یہ چھ رس پارہ کے اندر موجود ہیں ۔ جو تینوں خلطوں کی بے اعتدالی سے پیدا شدہ امراض اور نقائص میں مؤثر و مفید ثابت ہوتے ہیں ۔ کسی مرض کا ظہور پذیر ہونا محض کسی خلط وائو ، پت یا کف کی کمی و بیشی پر ہی مبنی ہے ۔ اور مرض کا سبب یہی بنیادی نکتہ ہوتا ہے ۔

چونکہ پارہ ان تینوں خلطوں کو درست حالت پر لانیکی صلاحیت رکھتا ہے اس لئے یہ ہر مرض کے لئے خواہ وہ کسی بھی سبب سے کیوں نہ ہو ہر حالت میں تیر بہدف ہوتا ہے اور اور پارے کا سب سے بڑا یہی وصف ہے ۔

آیوروید کے قابل ترین ماہرین فن نے پارے کے متعلق اس کے سربستہ رازوں کو بے نقاب کرنے کے لئے زندگی بھر تجربے کئے اور اسے مختلف سنسکاروں کے ذریعہ بہتر کارآمد اور زیادہ پُر اثر بنانے کی کوشش کی ، پارہ کے جہاں اتنے اوصاف اور اعلیٰ اثرات اظہر من الشمس ہیں وہاں ماہرین آیوروید نے اس کے اندر سات قسم کے نقائص بھی دریافت کئے ہیں جو درج ذیل ہیں :-

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

(۱) مل — (۵) چپلتا
(۲) وِشش — (۶) بنگ
(۳) اگنی — (۷) ناگ
(۴) گری

اب ان نقائص کے بداثرات کی تفصیل یوں ہے کہ مَل غشی پیدا کرتا ہے۔ وِشش سے موت واقع ہوتی ہے۔ اگنی سے جسم میں جلن ہونے لگتی ہے۔ گری سے سکتہ لاحق ہوتا ہے۔ چپلتا سے ویرج ضائع ہوتا ہے۔ بنگ سے کوڑھ اور ناگ سے نامردی پیدا ہوتی ہے۔

پارہ کو جملہ نقائص سے مبرا اور بے عیب کرنے کے لئے اسے شدھ کیا جاتا ہے شدھ کیا ہوا پارہ خوردنی طور پر مستعمل ہوتا ہے۔ اگر پارہ کو صاف کئے بغیر ادویات میں شامل کیا جائے گا تو پارہ کے اندر مذکورہ عیب بدستور موجود رہیں گے اور بجائے فائدہ شدید نقائص کا باعث ہوگا۔

پارہ کے تمام تر نقائص اور آلودگیوں کو دور کرنے کے لئے ماہرین نے اس کے آٹھ سنسکار تجویز کئے ہیں۔ ان میں سویدن۔ مردن۔ مورچھن۔ اتھاپن۔ پاتن۔ بودھن نیمن۔ سندیپن قابلِ ذکر ہیں۔

ہمیں اس طور تدابیر سے شدھ کیا ہوا پارہ نقائص سے پاک صاف ہو کر قابلِ استعمال بن جاتا ہے۔ پارہ کا جب بھی کسی دوا میں استعمال کیا جائے اسے کسی ترکیب سے ضرور شدھ کر لینا چاہئے تاکہ ضرر کا احتمال نہ رہے۔ شدھ کیا پارہ رسوں کے ساتھ پورا فائدہ کرتا ہے اور گرنتھوں میں رسوں کی لکھی ہوئی تعریفوں اور اوصاف کو ظاہر

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

کر دیتا ہے۔ گرنتھوں میں لکھے سنسکاروں کے مطابق پارہ کو بڑی مقدار میں شدھ نہیں کیا جا سکتا۔ پھر وہ سنسکار بڑے محنت طلب ہیں۔

پارہ شودھن

پارہ شودھن کا بہتر طریقہ یہ ہے کہ اسے شنگرف سے لیکر نمک اور رس لیموں میں خوب کھرل کریں۔ حتیٰ کہ اس میں سیاہی قطعی باقی نہ رہے۔ بعد ازاں پارہ کو پانی میں دھو کر دوبارہ کھرل کریں۔ اور رس لیموں و نمک ڈالیں۔ تاکہ تمام سیاہی نکل جائے۔ اسی طرح جب تمام سیاہی ختم ہو جائے تب اسے پانی میں دھو لیں بس اب پارہ شدھ ہے اور قابلِ استعمال ہے۔ شدھ پارہ بلاخوف و خطر معمولات میں لایا جا سکتا ہے۔ کیونکہ اب اس کے نقائص (دوشش) دور ہو گئے ہوتے ہیں۔

گرنتھوں میں پارہ کیساتھ گندھک (جارن) اڑانے کا خاص ذکر ہے۔ پارہ کو گندھک کے برابر یا پارہ سے سہ گنا چار گنا یا اس سے زیادہ تناسب سے گندھک ملا کر اڑائی جاتی ہے۔ پارہ کیساتھ جتنی زیادہ گندھک ملائی جائیگی پارہ اتنا ہی زیادہ اکسیر صفت اور سریع التاثیر (جلد اثر دکھانے والا) ہوگا۔ نیز اس کی مقدار خوراک میں بھی کمی ہوگی۔ کیونکہ طاقت بڑھانے سے دوا کی مقدار بھی کم ہوگی۔

پارے کو ادویاتی طور پر شامل کرنے کے لئے اسے تنہا یا دیگر مرکبات کیساتھ ملا کر گندھک ڈال کر کجلی بنائی جاتی ہے۔ اس کجلی کو آتشی شیشی میں ڈال کر بالو کا جنتر میں پکایا جاتا ہے۔ اور اس ترکیب سے سندھور بنتا ہے۔ پارہ کو صرف گندھک یا دیگر دھاتو (معدنیات) کے ساتھ کجلی کر کے پرپٹی بنا کر عمل میں لایا جاتا ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

پارہ خارجی و داخلی ہر دو صورتوں میں کام آتا ہے۔

خارجی طور پر اسے رسکپور۔ دار چکنا وغیرہ زہروں اور مرہموں میں ملا کر بطور جراثیم کش عادن دوا استعمال کیا جاتا ہے۔

سدھ پارہ جسم کا کایا کلپ کرتا ہے۔ جسم کو توانا۔ مضبوط اور صحت مند بناتا ہے عمر دراز کرتا ہے۔ سرتا پا تمام امراض میں فائدہ کرتا ہے۔

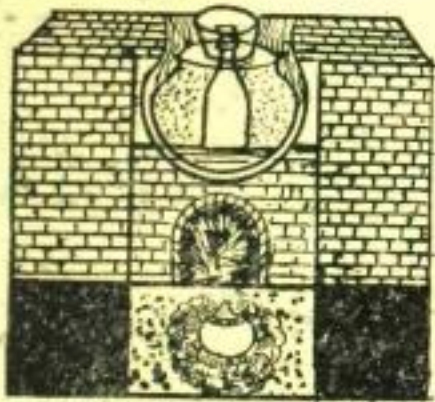
پارہ کو کیمیا گری کے عمل میں بھی لایا جاتا ہے۔ کیمیا گر اسکی مدد سے تانبے کو سونا بنانے کا کام لیتے ہیں۔ اپنی اعلیٰ صفات کے لحاظ سے پارہ بذات خود سونا ہے۔

پٹی پکور رس رسائن بنانے کا طریقہ

پٹی پکو ر بذریعہ آتشی شیشی رسائن تیار کرنے کے لئے ایک خاص قسم کی بھٹی کے بالو کا جنتر اور آگ دینے کی مدت، شیشے کے دہانے پر ڈاٹ لگانا۔ اور شیشی کو توڑنے کے لئے خاص معلومات درکار ہیں۔ چونکہ بلا واقفیت یہ رسائن تیار نہیں ہو سکتے لہذا تفصیل درج ذیل ہے۔

ترکیب:- پٹی پکو رسائن تیار کرنے کے لئے جو مخصوص بھٹی تیار کیجائے وہ کسی کشادہ ہوا دار اور اونچی چھت والے کمرے میں ہونی چاہیئے تاکہ دھواں بآسانی نکل جائے اور بارش وغیرہ کی وجہ سے طریق عمل میں کوئی رکاوٹ نہ پڑے بھٹی زمین کے اندر ساٹھ دس انچ کا گہرا گڑھا کھود کر اس کے اوپر تیار کریں جس کے نیچے ایندھن کافی مقدار میں مسلسل جلایا جاسکے اور اس کے اوپر کے حصے میں

بالو کا جنتر رکھ کر رسائن کو پکانا ہوتا ہے۔ اس نے ذرا نیچے لوہے کی دو تین مضبوط سلاخیں گاڑ دینی چاہئیں تاکہ اس پر بالو کا جنتر قائم کیا جاسکے۔

پٹی پکو رسائن تیار کرنے کیلئے بھٹی کا نمونہ

بالو کا جنتر

مٹی یا لوہے کی ہنڈیا جو کہ بھٹی کے اندر آ جائے اور اس کے چاروں طرف ایک ایک انگل دیوار خالی رہے تاکہ نیچے کی آنچ چاروں طرف یکساں لگتی رہے مٹی کا برتن ہونے کی صورت میں اس کے پیندے میں تقریباً ایک انچ قطر کا سوراخ کریں اور اس کے اوپر ابرک کا ٹکڑا رکھ دیں تاکہ ریت نیچے گرنے کا احتمال نہ رہے۔ نیز بھٹی کی آنچ برابر لگتی رہے۔ آتشی شیشی کے چاروں طرف ریت بھر دیجاتی ہے۔ اسی عمل کا نام بالو کا جنتر (ریت کا جنتر) ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

آتشی شیشی کا عمل

اس مقصد کے لئے انگریزی شراب کی بوتل یا آتشی شیشی جس میں قریباً ایک سیر پانی آجائے کام میں لائی جاتی ہے۔ اسے استعمال کرنے سے پیشتر چکنی مٹی کے ساتھ کپڑے کو تر کر کے سات بار کپڑ مٹی (گلحکمت) کیا جاتا ہے۔ تاکہ آتشی شیشی بالو کا جنتر میں مسلسل آگ کی تیز گرمی کو برداشت کر سکے۔ اب مطلوبہ رس رسائن کے اجزاء کو خشک کریں اور آتشی شیشی میں ڈال کر بالو کا جنتر میں رکھیں۔ اس کے بعد آتشی شیشی کے منہ پر کاک لگادیں۔ کاک لگانے کا مطلب یہ ہے کہ اس میں ریت نہ پڑے۔ بعدہٗ اس کے چاروں طرف ریت بھر دیں۔ اب اسے بھٹی پر رکھ کر آنچ دیں۔ آنچ پہلے نرم ہونی چاہئیے۔ جس سے بالو کا جنتر گرم ہو اور گندھک کا دھواں اٹھنے لگے۔ قریباً چھ گھنٹے میں گندھک پگھل جاتی ہے۔ تب آگ کچھ تیز کر دیں جب دھواں زیادہ نکلنا شروع ہو اس وقت لوہے کی سلاخ کو آگ میں تپا کر شیشی کے منہ میں ڈال کر اجزاء کو دیکھتے رہیں۔ گندھک کے پگھلنے پر شیشی کے منہ پر گندھک شعلہ کی صورت میں جلتی رہیگی۔ اگر شعلہ اٹھتا رہے تو آنچ کو مزید تیز کر دیں۔ گندھک جل جانے پر یہ شعلہ بجھ جائے گا اور تھوڑا تھوڑا دھواں نکلتا رہے گا۔ تب آگ اور تیز کر دیں۔ علاوہ اس کے شیشی کے منہ کو لوہے کی گرم سلاخ سے صاف کرتے رہیں۔ خیال رہے کہ لوہے کی سلاخ سے آتشی شیشی میں پڑی ہوئی ادویات کو بار بار نہیں ہلانا چاہئیے۔ صرف شیشی کے منہ کو ہی صاف کرتے رہیں۔ جب گندھک قطعی ختم ہو جائے تو سمجھ لیں کہ رسائن کا عمل قریب الاختتام ہے۔ اس وقت

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

شیشی کے منہ میں سے اندر دیکھنے پر نیچے سرخی مائل رسائن نظر آنے لگیگی۔ تب کاک یا اینٹ کے ڈاٹ سے شیشی کا منہ بند کر دیں۔ ازاں بعد اسے چھتیس ۳۶ گھنٹے تک تیز آنچ پر پکنے دیں۔ آنچ بند کرنے کے دو دن بعد جب بالو کا جنتر سرد ہو جائے تب آتشی شیشی نکال کر کپڑ مٹی (گلحکمت) علیحدہ کریں۔

آتشی شیشی کو توڑنا

اس کے لئے شیشی کے درمیان چاروں طرف سوت کو مٹی کے تیل میں بھگو کر باندھیں اور آگ لگادیں۔ جب تیل جل جائے تب سوت کی جگہ دو تین بوندیں پانی کی ٹپکائیں۔ شیشی کے دو حصے ہو جائینگے۔ بالائی حصے پر لگی ہوئی دوا رسائن ہوگی۔

سِدّھ مکردھوج

اجزاء :- پارہ شدھ آٹھ تولہ۔ ورق سونا ایک تولہ۔ گندھک شدھ سولہ تولہ

ترکیب :- اول پارہ اور ورق سونا دونوں کو تین روز تک رس لیموں میں خوب کھرل کریں۔ ہر روز صبح ایک تولہ نمک سیندھا شامل کر دیا کریں۔ چوتھے روز اسے چار یا پانچ بار پانی سے دھو ڈالیں تاکہ نمک اور لیموں کی ترشی دور ہو جائے۔ تب گندھک شامل کر کے کجلی بنالیں۔ اب اس تیار شدہ کجلی کو سرخ کپاس کے پھولوں کے رس اور گھیکوار کے رس میں تین روز تک بھاونا دیں۔ بعدہٗ خشک ہونے کے آتشی شیشی میں ڈال کر بذریعہ بالو کا جنتر سندھور تیار کریں۔ اور تیار ہونے

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

والا سونا لے کر بطابق طریق مشہور کشتہ تیار کرکے سندھور حاصل کردہ میں شامل
کریں۔ بس سندھ مکر دھوج تیار ہے۔

نوٹ:۔ کشتہ سونا بنانے کی ترکیب کشتہ جات کے بیان میں پڑھیں
پُرانے گرنتھوں میں پارے کو بھسم کشت (ایک خاص ترکیب) کرکے مکر دھوج
بنانے کا طریقہ درج ہے اور ان کا دعویٰ تھا کہ بھسم کشت پارے کے ہمراہ سونے کی
آمیزش کرنے سے جو مکر دھوج تیار ہوتا ہے اس میں سونا سندھور کے ساتھ ہی
اُوپر اُڑ جاتا ہے۔ مگر موجودہ زمانے میں پارہ کو بھسم کشت کرنے کا طریقہ عقدۂ لاینحل
ہے۔ مزید براں پارہ کا مذکورہ ترکیب سے تیار ہونا اور سونے کا پارہ کے ساتھ
اُڑ کر اُوپر لگ جانا بھی ناممکن امر معلوم ہوتا ہے۔ نئی تحقیقات کی روشنی میں پارہ جس
درجۂ حرارت پر اُڑ جاتا ہے سونا اُسی درجۂ حرارت پر پگھلتا بھی نہیں۔ اس تجربہ سے
صاف ظاہر ہے کہ باوجود آیورویدک گرنتھوں کے یہ دعویٰ و ترکیب بھسم کشت مہمل
اور کمزور سی ثابت ہوتی ہے۔

ہماری مذکورہ بالا ترکیب سے جو سونا قدرے گندھک کے ہمراہ آمیزش
شدہ شکل میں کُپّی کے پیندے میں تہ نشین رہ جاتا ہے وہ مکمل کشتہ کی شکل
میں ہرگز تبدیل نہیں ہوتا۔ لہٰذا از رُوئے قاعدہ یہ تہ نشین خام سونا کسی حالت
میں بھی قابلِ استعمال برائے خوردنی واجب نہیں۔

لہٰذا بہتر اور صحیح طریقہ یہی ہے کہ تہ نشین ہوئے سونے کو سندھ مکر دھوج
میں ملانے سے پہلے بطابق مشہور کشتہ تیار کرنا ضروری ہے۔ اس درست
ترکیب سے تیار شدہ سندھ مکر دھوج اپنا پُورا کمال دکھاتا ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

خوراک:۔ ½ رتی سے ایک رتی تک ہمراہ مکھن، شہد یا بالائی۔ اُوپر
سے دُودھ دیں۔

فوائد:۔ اعضائے رئیسہ و شریفہ کو بے حد طاقت بخشتا ہے۔ دل۔ دماغ
جگر معدہ۔ گردہ۔ مثانہ۔ پھیپھڑے اور اعصاب کو تقویت دیتا ہے۔ صالح خون
پیدا کرتا ہے۔ قوتِ یادداشت بڑھاتا ہے۔ آنکھوں کی روشنی کو تیز کرتا ہے۔ جسم
میں ناکارہ ٹیشوز (TISSUE) کی جگہ نئے کارآمد ٹیشو پیدا کرتا ہے۔ کمزور
جسم کو طاقتور اور توانا بناتا ہے۔ بیماری کے بعد کی کمزوری۔ دُبلا پن۔ زردی۔ خون
کی کمی اور اعضائے جسمانی کی سُستی کو دُور کرکے چُستی و چالاکی پیدا کرتا ہے۔ قوتِ
باہ بڑھاتا ہے۔ کم زور مردوں کے لئے تحفہ ہے۔ یہ رسائن مشہور ٹانک ہے۔
آیورویدک گرنتھوں میں اس رسائن کی بہت تعریف لکھی گئی ہے۔ اس کے استعمال
سے جسم کا اعادۂ شباب (کایا کلپ) ہو جاتا ہے۔ چہرے کی مُردنی اور زردی
کی بجائے تازہ خون کی سُرخی و شادابی جھلکنے لگتی ہے۔ بُوڑھوں کو جوان اور جوانوں
کو مضبوط جسم اور شیر مرد بنانے میں یہ رسائن ہمہ صفت موصوف ہے۔ انسانی جسم
میں سونے کی کمی کو پُورا کرکے نئی زندگی کا پیام دیتا ہے۔

نروس سسٹم (نظامِ اعصاب) کی بیماریوں کو دُور کرکے اعصاب کو طاقتور بناتا
ہے۔ نزلہ و زکام دُور کرتا ہے۔ گُردہ و مثانہ کو طاقت دے کر کثرتِ پیشاب کو
روکتا ہے۔ زندہ رہنے کی خواہش کو اُبھارتا ہے۔ موسمِ سرما میں اس سندھ رسائن
کا استعمال سال بھر کے لئے انسانی جسم کو تندرستی و صحت کا بھرپور جام بخشتا ہے

؎ مے رنگین تھا سادہ پانی بھی ⁂ ہائے کیا چیز تھی جوانی بھی۔

(جوش ملیح آبادی)

رس سندھور

اجزاء :- پارہ شدھ سولہ تولہ۔ گندھک شدھ سولہ تولہ۔

ترکیب :- پارہ اور گندھک کی کجلی تیار کرکے اسے رس گھیکوار میں بھاونا دیں۔ خشک ہونے پر آتشی شیشی میں ڈال کر بالو کا جنتر سے رس سندھور تیار کریں۔

نوٹ :- رس سندھور بنانے کے لئے پارہ کے وزن سے دوگنا گندھک یا چار گنا گندھک ڈال کر جو رس سندھور تیار کیا جاتا ہے وہ نہایت جلد اثر کرنے والا ہوتا ہے۔ نیز اسکی مقدار خوراک بھی قلیل ہوگی۔

خوراک :- ایک تا دو رتی ہمراہ شہد مکھن یا بالائی وغیرہ

فوائد :- چونکہ یہ رسائن ہے لہٰذا مختلف امراض میں تنہا یا دیگر ادویہ کے ہمراہ شامل کرکے مستعمل ہوتا ہے۔

بلغمی و ریحی امراض میں خصوصیت سے فائدہ کرتا ہے۔ جراثیم کش رسائن ہے جسم میں قوتِ مدافعت (کسی بیماری کا مقابلہ کرنیکی طاقت) پیدا کرتا ہے۔ متعدی امراض (چھوت دار بیماریوں) میں سودمند ہے۔ کمزوری، ناطاقتی، کھانسی دمہ تپ دق، غشی، دل دھڑکنا، دل کمزور ہونا، جریانِ منی، احتلام، سرعت، منی کا پتلا و کم زور ہونا، عورتوں کے امراض، رحم وغیرہ میں عام دیا جاتا ہے۔

مل سندھور

اجزاء :- سنکھیا سفید شدھ پانچ تولہ۔ پارہ شدھ دس تولہ۔ گندھک شدھ

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

دس تولہ۔

ترکیب :- پہلے پارہ اور گندھک کی کجلی تیار کریں۔ بعد میں سنکھیا ملا کر چھ گھنٹے تک خوب کھرل کریں۔ پھر رس گھیکوار کی بھاونا دے کر خشک کریں اور آتشی شیشی میں ڈال کر بالو کا جنتر سے سندھور بنائیں۔

احتیاط۔ سنکھیا کا دھواں آنکھوں کو ناکارہ بنا دیتا ہے لہٰذا اس سے بچاؤ کے لئے بہتر ہے کہ اس عمل کو کسی کھلی ہوادار جگہ پر کریں تاکہ دھواں آنکھوں کو نقصان نہ پہنچائے۔ جب گندھک کا دھواں بند ہوکر سنکھیا دھواں دینے لگے۔ تب گرم سلائی سے شیشی کے منہ کو صاف کرتے ہیں تاکہ شیشی کا منہ بند نہ ہوجائے۔ کالے رنگ کا چمکدار سندھور تیار ہوگا۔

خوراک :- ½ رتی تا نصف رتی ہمراہ شہد یا بالائی۔

فوائد :- کھانسی، دمہ، سنپات جور، مرگی، پاگل پن، دماغی امراض، ریحی امراض، گنٹھیا، جوڑوں کا درد (وجع المفاصل) انفلوئنزا، نمونیہ، اور بلغمی بخار میں شفا دکھاتا ہے۔ خون میں آمیز شدہ زہریلے مواد کو بذریعہ عروق و پاخانہ خارج کرتا ہے۔ بلغم خشک کرتا ہے۔ آتشک میں بھی مفید ہے۔ آتشک اور خرابیٔ خون کے باعث جسم پر گانٹھیں یا چھلے پڑ گئے ہوں انہیں بھی بآسانی دور کرتا ہے۔

تامر سندھور

ترکیب :- برادہ تانبہ نصف پاؤ۔ پارہ شدھ بیس تولہ۔ گندھک شدھ

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

بیس تولہ۔ انہیں کھرل میں ڈال کر کجلی تیار کریں۔ بعد ازاں رس گھیکوار میں کھرل کر کے خشک کریں۔ اور آتشی شیشی میں ڈال کر بذریعہ بالو کا جنتر پکا کر سندھور تیار کریں۔ شیشی کے منہ پر سندھور لگ جائیگا اور تانبہ شیشی کے پیندے میں لگ جائیگا۔ اب اسے مزید سات پُٹ دیکر اعلیٰ قسم کا کشتہ تانبہ تیار کیا جا سکتا ہے۔ شیشی کے منہ پر لگا ہوا سندھور تامر سندھور ہے۔

خوراک :- ½ رتی سے ایک رتی ہمراہ گھی یا شہد۔

فوائد :- تامر سندھور جگر کے پرانے امراض و خرابی جگر سے پیدا شدہ آنتوں کی کمزوری میں خاص طور پر مفید ہے۔ جراثیم کش ہے۔ لہٰذا آنتوں کے کیڑوں کے لئے بہت مفید ہے۔ فساد خون۔ جگندر۔ آتشک۔ ناسور وغیرہ میں نافع دیتا ہے۔

تال سندھور

اجزاء :- پارہ شدھ دس تولہ۔ گندھک شدھ دس تولہ۔ ہڑتال شدھ پانچ تولہ۔

ترکیب :- اول پارہ کو گندھک کیساتھ کجلی بنائیں۔ پھر گھیکوار کے رس میں کھرل کر کے خشک کریں۔ خشک ہونے پر آتشی شیشی میں ڈال کر بالو کا جنتر سے سندھور بنائیں۔

احتیاط :- تیاری کیوقت ہڑتال کے دھوئیں سے آنکھوں کو بچائیں۔

خوراک :- ایک تا دو رتی ہمراہ شہد ادرک کا رس اور گھی۔

نوٹ :- گھی اور شہد برابر وزن نہ ہوں۔

فوائد :- جذام (کوڑھ) آتشک۔ فساد خون کے سبب پھوڑے پھنسیوں کا

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

نمودار ہونا بلغمی امراض پرانے بخار۔ خارش۔ ملیریا نوبتی بخار۔ اور بلغم کو رفع کرتا ہے۔ جراثیم کش ہے۔ دوران استعمال گھی زیادہ دیں تاکہ خشکی نہ ہو۔

پرہیز :- نمک۔ تیل۔ ترشی اور اچار۔ کوڑھ میں نمک اور دودھ بھی بند کرا دیں۔

رجت سندھور

ترکیب :- رجت یعنی چاندی دس تولہ۔ پارہ بیس تولہ۔ گندھک بیس تولہ۔ انہیں کھرل میں ڈال کر کجلی تیار کریں۔ بعد ازاں رس گھیکوار میں کھرل کر کے خشک کریں اور آتشی شیشی میں ڈال کر بذریعہ بالو کا جنتر سندھور تیار کریں۔

شیشی کے منہ پر رجت سندھور لگا ہوگا۔ شیشی کی تہہ میں بقایا چاندی کو آدھا حصہ پارہ کیساتھ کھرل کر کے دس پُٹ دینے سے سرخ رنگ کا کشتہ چاندی تیار ہوگا۔

خوراک :- نصف رتی تا ایک رتی ہمراہ شہد یا مکھن بالائی۔

فوائد :- رجت سندھور معتدل ہے۔ اسی خاصیت سے دل کو بیحد طاقت دیتا ہے۔ خون میں بڑھی ہوئی گرمی کو کم کر کے اعتدال پر لاتا ہے۔ تسکین دہ ہے۔ وریج کی خرابیاں جبکہ صفرا کا خلل ہو اس کے استعمال سے رفع ہوتی ہیں۔ مثانے و جگر کی گرمی کو دور کرتا ہے۔ پیشاب میں سوزش یا جلن ہو تو اس کے استعمال سے فائدہ ہوتا ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

سورن بنگ

اجزاء :- قلعی شدھ پانچ تولہ۔ پارہ شدھ پانچ تولہ۔ گندھک شدھ پانچ تولہ نوشادر چار تولہ۔ قلمی شورہ ایک تولہ۔

ترکیب :- پہلے قلعی کو پگھلا کر پارہ شامل کریں۔ اور اسے نمک سندھا اور قدرے پانی ملا کر کھرل کریں۔ اور پانی سے دھوتے رہیں۔ پھر گندھک ملا کر کجلی تیار کریں اس کجلی کو نوشادر اور قلمی شورہ کے ساتھ آتشی شیشی میں بھریں اور بالو کا جنتر میں پکائیں گندھک کی آمیزش کے بعد سنہری رنگ کا چمکدار کشتہ قلعی تیار ہوگا۔ تہ نشین سورن بنگ ہوگی اور پربنگ سندھور تیار ہوگا۔ دونوں قابل استعمال ہیں۔

خوراک :- ایک تا تین رتی ہمراہ مکھن شہد یا بالائی۔

فوائد :- سورن بنگ پہلے وریج کو شہد کی طرح گاڑھا کر کے اس کی اصلاح کرتی ہے۔ وریج کے نقائص، بدبو، گدلاپن، کم زور ہونا وغیرہ کو رفع کر کے قابل اولاد بناتی ہے۔ جریان منی۔ احتلام۔ (خواب میں وریج کا ضائع ہونا) سرعت انزال (قبل از وقت ۔۔۔ یا بہت جلد انزال ہو جانا) نامردی۔ سوزاک۔ سوزش البول کمزوری مثانہ اور پیشاب کی رکاوٹ کو دور کرتی ہے۔ ہاضمہ تیز ہوتا ہے۔ امساک کے لئے مدن آنند مودک کے ہمراہ کھلا کر اوپر سے دودھ پلائیں۔

رس مانکیہ

ترکیب :- ہڑتال ورقیہ شدھ لے کر قینچی سے باریک باریک کتر لیں۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

پھر ابرک سفید کے دو چوڑے پتے لیں۔ ایک پتے پر ہڑتال بچھا کر اوپر دوسرا پتہ رکھ کر لوہے کی باریک تار سے دونوں پتوں کو چاروں طرف سے سی دیں۔ بعد میں اسے چمٹے سے پکڑ کر سلگتے ہوئے کوئلوں پر رکھ کر اوپر دو چار کوئلے رکھ دیں۔ ہڑتال میں سے پیلے رنگ کا دھواں ابرک سے باہر نکلیگا۔ آنچ کی گرمی سے ہڑتال پگھل کر سرخ رنگت کی دکھائی دیگی۔ اب اسے آنچ سے علیحدہ کردیں اور ابرک کو سرد ہونے دیں۔ بعد اس کے ابرک کے دونوں پتوں کو کھول کر جدا جدا کریں ابرک پر جمی ہوئی دوا کو کھرچ لیں۔ یہی رس مانکیہ ہے۔ اسے کھرل میں خوب باریک پیس لیں۔ حتیٰ کہ اسکی چمک ختم ہو جائے۔

خوراک :- نصف رتی سے ایک رتی تک ہمراہ گھی یا شہد۔

فوائد :- رس مانکیہ فساد خون اور جلدی امراض کے لئے اکسیر اعظم ہے۔ جذام (کوڑھ) کی ہر قسم۔ بھگندر۔ ناسور۔ پرانے زخم۔ خارش۔ چنبل۔ آتشک۔ اگزیما۔ داد۔ وغیرہ میں منفعت بخش ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

دھاتو و اُپ دھاتو شودھن کے طریقے

دھاتوؤں وغیرہ کو شدھ کرنے سے اُن میں صفائی پیدا ہو جاتی ہے۔ اور خالص ہو جاتی ہیں۔ شدھ دھاتو کا کشتہ بھی جلد بنتا ہے اور زیادہ اثر رکھتا ہے لہٰذا پارہ گندھک سونا چاندی وغیرہ کے کشتہ جات بنانے کے لئے شدھ کر لینا ضروری ہے۔ اس ضمن میں متعلقہ دھاتوؤں کے شودھن کے طریقہ جات درج کئے جاتے ہیں ؎

ابرک سفید و سیاہ شدھ کرنا۔ ابرک کے ٹکڑے لیکر کوئلوں کی آنچ پر سرخ کرکے پوست درخت بیری کے کاڑھا میں سات بار بجھائیں۔ شدھ ہوگا۔

دیگر طریقہ۔ ابرک دق دق کرکے کھدر کی تھیلی میں ڈال کر سوراخ دار کوڑیاں بھی داخل کریں۔ اور کسی کھلے برتن میں کانجی ڈال کر اس پوٹلی کو آٹھ پہر تک بھگوئے رکھیں۔ بعد میں تھیلی کو اتنا عرصہ ہاتھوں سے ملتے رہیں جب تک تمام ابرک باریک باریک ذروں کی صورت میں تھیلی سے چھن کر پانی میں نہ آ جائے۔ بعد ازاں اسے محفوظ مقام پر رکھ دیں تاکہ ابرک محلول تہ نشین ہو جائے۔ پس اب مذکورہ پانی کو نتھار لیں اور تہ نشین تلچھٹ کو تیز دھوپ میں خشک کرلیں۔ یہی ابرک شدھ ہے۔

بارہ سنگھا شدھ کرنا۔ بارہ سنگھا کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کرلیں۔ اور چھاچھ میں ڈالیں۔ اب اسے دھوپ میں

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

رکھیں۔ تین دن کے بعد پانی میں دھو کر دھوپ میں خشک کریں۔ بارہ سنگھا صاف ہو جاتا ہے۔

پوست بیضہ مرغ (انڈوں کے چھلکوں کو صاف کرنا) انڈوں کے چھلکوں کو سرکہ یا نمک و نوشادر ملے پانی میں بھگو دیں۔ چار پانچ دنوں میں انڈوں کے اندر کا باریک چھلکا نرم پڑ جائے گا۔ تب اس جھلی جیسے نرم پردے کو اتار دیں۔ چھلکے صاف ہو جائیں گے۔ انہیں صاف پانی میں دھو کر کام میں لائیں۔

پروال شودھن (مونگا مرجان شدھ کرنا) چھاچھ میں تین گھنٹے تک بھگوئے رکھنے سے پروال شدھ ہو جاتا ہے۔ اب اسے پانی میں دھو لیں۔

پیتل شدھ کرنا۔ پیتل کو آگ میں تپا کر سرخ کرکے تیل، چھاچھ، گئو موتر، کانجی اور کلتھی کے کاڑھے میں سات سات بار بجھائیں پیتل شدھ ہوگا۔

تانبہ شدھ کرنا۔ تانبے کو گرم کرکے تیل، چھاچھ، کانجی، کلتھی کے کاڑھے، انار دانے کے رس اور آک کے پتوں کے رس میں سات سات بار بجھائیں۔ پھر ہاون دستہ میں کوٹ کر سفوف بنائیں۔ اور ایک ہنڈیا میں گئو موتر بھر کر اسمیں املی اور نمک ملائیں۔ اس کے ساتھ ہی تانبے کا سفوف ڈال کر بارہ گھنٹے تک ابالیں۔ سرد ہونے پر صاف پانی سے دھو کر رس لیموں میں ڈال کر دھوپ میں رکھیں۔ جب یہ رس نیلے رنگ کا ہو تب اسکو بدل دیں۔ اسی طرح تین بار کریں۔ اب اسے دھوپ میں سکھا لیں۔ بس تانبہ شدھ ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

ترِدھاتا شودھن: یعنی سہ دھاتا (قلعی، جست اور سکہ) شُدھ کرنا۔ سہ دھاتا یا ترِدھاتا تین دھاتوں (قلعی، جست اور سکہ) کو باہم ملانے سے بنتا ہے۔ اسے شُدھ کرنے کے لئے تینوں دھاتوں کا الگ الگ شودھن کریں جیسا کہ مذکورہ دھاتوؤں کے شودھن میں درج ہے۔

جست شودھن: قلعی کی مانند عمل کریں اور جست کو ترپھلا کے کاڑھے میں سات بار بجھائیں شُدھ ہوگا۔ احتیاط رہے کہ ڈھکن مضبوطی سے بند ہو۔ ورنہ جست باہر نکل کر جسم میں دھنس جائے گا۔

چاندی شودھن (یعنی رُوپا یا نُقرہ شُدھ کرنا): شُدھ چاندی کے پترے کو لیکر آگ پر تپائیں اور تیل، چھاچھ، کانجی، گئوموتر، کلتھی کے کاڑھے میں سات سات بار بجھائیں چاندی شُدھ ہوگی۔

زہر مہرہ شُدھ کرنا: زہر مہرہ کو آگ میں تپا کر اکیس (۲۱) بار گائے کے دودھ میں یا آملوں کے رس میں بجھانے سے شُدھ کیا جاتا ہے۔

سکہ (سیسہ) شودھن: ہنڈیا میں آک کا دودھ ڈالیں اور اس کے ڈھکن پر سوراخ کردیں۔ اب ڈھکن کے گرد وزن رکھ دیں اور سکہ کو آگ میں پگھلا کر سوراخ کے راستے داخل کریں۔ تین بار کے عمل سے سکہ شُدھ ہوگا۔ احتیاط رہے کہ ڈھکن مضبوطی سے بند رہے ورنہ سکہ سانپ کی تیزی سے جسم کے اندر گھس جائے گا۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

شنگرف شودھن: شنگرف کو دہی کے مٹکے میں تین روز تک پکائیں۔ برتن کا منہ دن رات کھلا رہے اور مٹکے کو روزانہ بدلتے رہیں بعد میں دھو کر کام میں لائیں۔ شنگرف شُدھ ہوگا۔

سم الفار (سنکھیا) شودھن: سنکھیا چار قسم کا ہوتا ہے (۱) سرخ (۲) زرد (۳) سیاہ (۴) سفید مگر کُشتہ سازی میں سفید سنکھیا ہی استعمال کیا جاتا ہے کیونکہ سفید میں زہر کم ہوتا ہے۔ اور دوسری اقسام کی نسبت بے ضرر ہوتا ہے۔ سفید سنکھیا جو بلور کی طرح شفاف ہو بہتر و اعلیٰ ہوتا ہے۔

ترکیب شودھن:۔ سم الفار سفید حسب ضرورت لے کر چنے برابر ٹکڑے ٹکڑے کرلیں۔ اور سولہ گُنا دودھ میں ملا کر بذریعہ ڈولا جنتر ابالیں۔ بعد ازاں صاف پانی میں دھولیں۔ سنکھیا شُدھ تیار ہے۔

سونا شودھن: خالص سونا لے کر آگ میں تپا کر تیل، چھاچھ، کانجی، گئوموتر اور کلتھی کے کاڑھے میں سات سات بار بجھائیں۔ اس طرح سونا شُدھ ہوگا۔

سنگِ یشب شودھن: سنگِ یشب کو آگ میں تپا کر اکیس (۲۱) بار عرق گاؤزبان یا عرق گلاب میں بجھائیں بس سنگِ یشب مصفّیٰ ہے۔

سنگِ یہود (حجر الیہود) شودھن:۔ سنگِ یہود کو آگ میں سُرخ کرکے

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

سات بار کلتھی کے کاڑھے میں بجھائیں۔ شدھ ہوگا۔

عقیق شودھن۔ عقیق کو آگ میں سُرخ کرکے عرق گلاب یا عرق بیدمشک میں اکیس بار بجھائیں۔ عقیق شدھ ہوگا۔

قلعی شُدھ کرنا۔ سکّہ کی مانند شُدھ کریں۔ کسی برتن میں چونا قلعی کے پانی میں پانچ بار بجھائیں قلعی شُدھ ہوگی۔ احتیاط ہے کہ برتن کے منہ پر ڈھکن مضبوط ہو اور سوراخ سے ہی پگھلی ہوئی قلعی داخل کریں۔

کیس شودھن۔ کیس کو بھنگرے کے پانی میں تین گھنٹے تک کھرل کرکے دھوپ میں خشک کریں۔

کوڑی (خرمہرہ) شودھن۔ کوڑیوں کو دہی کے مٹھے۔ چونے کے رس اور رس لیموں میں بھگو دیں۔ جب کوڑیوں کا رنگ سفید ہو جائے تب نکال لیں۔ اندازاً سات آٹھ یوم میں کوڑیاں شدھ ہو جاتی ہیں۔

کانسی شودھن۔ اسے پیتل کی مانند شدھ کریں۔

گودنتی ہڑتال شودھن۔ ہڑتال کو ڈولا جنتر کے ذریعہ رس لیموں میں تین گھنٹے تک اُبالیں۔ شدھ ہوگی۔

موتی سیپ (صدف مرواریدی) شُدھ کرنا۔ دہی کے مٹھے میں تین روز تک بھگوئیں

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

برتن کو رات دن کھلا رکھیں اور مٹھے کو روزانہ بدلتے رہیں۔ تین دن بعد سیپ کو پانی میں دھوئیں۔

منڈور شودھن۔ (خبث الحدید مقشّی کرنا) بُرادہ لے کر آگ پر سُرخ کرکے ترپھلا کے کاڑھے اور گئو موتر میں سات بار بجھائیں۔ منڈور شدھ ہوگا۔

نوٹ:۔ لوہا شدھ کرنے کے لئے برادہ کو آگ میں سُرخ کرکے ترپھلا کے کاڑھے میں سات بار بجھائیں۔

ہڑتال ورقیہ شودھن۔ ہڑتال طبق کے ٹکڑے لے کر ایک پوٹلی میں باندھ کر بذریعہ ڈولا جنتر ایک پہر تک چونا کے پانی میں جوش دیں۔ بعد میں ترپھلا کے کاڑھا میں دو پہر تک پکائیں۔ آخر میں پیٹھا کے پانی میں تین پہر تک پکائیں۔ ہڑتال ورقیہ اس عمل سے شدھ ہوگی۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

دواسازی میں کشتہ جات کی قدر و اہمیت

انسانی جسم کو آیورویدا اصول کے مطابق پانچ عناصر کا مجموعہ قرار دیا گیا ہے۔ ان میں پرتھوی، جل، وایو، اگنی اور آکاش شامل ہیں۔

پرتھوی سے مراد ان تمام عناصر سے ہے جن میں معدنیات بھی داخل ہیں۔ جسم میں معدنیات کی کمی سے متعدد امراض پیدا ہو جاتی ہیں۔ مثلاً فولاد کی کمی سے خون میں سرخ ذرات کی کمی واقع ہو جاتی ہے۔ جس کے باعث جسم میں پیلا پن اور چہرے پر تروتازگی کی جگہ بے رونقی نظر آنے لگتی ہے۔ اس کمی اور خامی کو دور کرنے کے لئے جسم کو فولاد کی ضرورت ہے۔ خام فولاد اپنی صحیح حالت میں نہ تو خامی پورا کرنے کے قابل ہوتا ہے اور نہ ہی خوردنی طور پر پہنچایا جا سکتا ہے۔ جب تک فولاد کو ایک خاص طریقہ سے قابلِ خوردنی نہ بنایا جائے۔ فولاد اپنے فوائد آشکار کرنے سے قاصر ہے۔

جسم میں کیلشیم کی کمی کی وجہ سے ہڈیوں کی بیماریاں لاحق ہو جاتی ہیں۔ ہڈیاں کمزور اور ٹیڑھی ہونے لگتی ہیں۔ ان حالات میں جسم میں کیلشیم پیدا کرنے والی معدنیات درکار ہوتی ہیں مثلاً کشتہ صدف، کشتہ مرجان وغیرہ جو ایک اصول کے مطابق معدنیات کو قابلِ استعمال بنائے ہوئے ہیں۔ اسی طرح دوسری معدنیات کی کمی سے جسم میں مختلف بیماریاں پیدا ہونے لگتی ہیں۔ پس انہیں جزوِ بدن بنانے کا واحد طریقہ کار یہ ہے کہ جن معدنیات کی ضرورت ہے ان کا قواعد و اصول کے مطابق کشتہ تیار کیا جائے۔ کشتہ سازی کا مقصد بیمار جسم کو اسکی مطلوبہ معدنیات کو مہیا کرنا ہے۔ معدنیات کو خون میں تحلیل کرنے کا سب سے بہتر طریقہ کشتہ سازی ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

اس فن کے متعلق آیوروید گرنتھوں میں یہ کلیہ بوضاحت درج ہے کہ کشتہ کو جتنی زیادہ بار آنچ دی جائے اور جتنا زیادہ عرصہ کھرل کیا جائے وہ کشتہ اتنا ہی زیادہ زود اثر، مقوی اور مفید ہوتا ہے۔ کھرل کرنے سے کشتہ میں برقی توانائی پیدا ہو جاتی ہے جو اس کی طاقت کو کئی گنا زیادہ بڑھا دیتی ہے

کشتہ جات کی تیاری میں مختلف اقسام کی بوٹیوں کے رس میں رگڑنے اور گھوٹ دینے کی خاص اہمیت ہے مثلاً جس بوٹی کے رس میں کھرل کیا جائے گا یا جس بوٹی کی بھاونا دی جائیگی اس بوٹی کی تاثیر کشتہ اپنے اندر جذب کریگا۔ اس طرح ایک ہی کشتہ کو درجنوں بوٹیوں کے رسوں میں کھرل کر کے بھاونا دی جاتی ہے۔ جسکی بدولت کشتہ میں کئی امراض کو دور کرنیکی صلاحیت پیدا ہو جاتی ہے۔

بعض اوقات ایک ہی کشتہ امرت دھارا کی طرح بہت سی بیماریوں کے لئے اکسیر بن جاتا ہے۔ اگرچہ یہ دعویٰ موجودہ لیبارٹریوں کے تجربوں میں ثابت نہیں ہو سکتا تاہم ہومیوپیتھک طریقہ علاج ہمارے کشتہ سازی سے مماثلت رکھتا ہے۔ ہومیوپیتھی کی ایک لاکھ پوٹینسی کی دوا دس نمبر کی پوٹینسی سے ۹۹۹۹۰ گنا طاقتور ہو سکتی ہے جبکہ اسمیں اصل دوا کا جزو اس سے ۹۹۹ واں حصہ ہی رہ جاتا ہے۔ میں یہاں یہ قابلِ قدر نکتہ واضح کرنا چاہتا ہوں کہ دوا کے کھرل کرنے سے اسمیں ایک خاص لطافت سی پیدا ہو جاتی ہے جسے برقی توانائی بھی کہہ سکتے ہیں۔ جو اپنے لطیف اور حیرت کن اثرات کے باعث اپنا اعجاز دکھاتی ہے۔ اسی وجہ سے قدیم زمانہ میں سنیاسی سادھو ایک ہی کشکول (ڈبی) سے اکسیر نکالتے تھے اور ہر نوعیت کے مریض اور مرض کو حسب ضرورت مختلف ترکیب استعمال کے ہمراہ ایک ہی دوا

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

دیا کرتے تھے سنیاسی لوگوں کی یہ اکسیرات جو مریض کو حیرت میں ڈال دیتی ہیں وہ سوائے کشتہ کے اور کچھ نہیں۔ فولاد یا ابرک کا خاص الخاص کشتہ جو درجنوں نایاب بوٹیوں کے رسوں میں کھرل کرکے ہزاروں بار کی آنچ دینے سے برآمد ہوتا ہے۔

کشتہ سازی کا فن اس زمانے میں معدوم سا ہوتا چلا جا رہا ہے۔ حالانکہ اپنی خوبیوں اور تاثیرات کے لحاظ سے آیورویدمیں اس کا مقام افضل ہے۔ افسوس کہ ہم لوگ ان جواہرات کی قدر نہیں کر رہے۔ جو ہمارے پاؤں تلے روندے جا رہے ہیں۔

کشتہ ابرک سیاہ

ترکیب:۔ ابرک سیاہ مصفیٰ ایک پاؤ کو آب برگ گلگو ندہ میں تین روز تک کھرل کرکے گلحکمت کرکے گج پٹ کی آگ دیں۔ اس طرح تین بار آگ دیں۔ ازاں بعد آب برگ گھنشکل میں کھرل کرکے پانچ بار آگ دیں۔ پھر ترپھلا میں کھرل کرکے سات بار آگ دیں۔ اس طرح آب برگ ارنڈ شیخ میں کھرل کرکے سات بار آگ دیں۔ آخری بار تین بار آگ کے دودھ میں کھرل کرکے اور تین بار رس گھیکوار میں کھرل کرکے آگ دیں۔ کشتہ عمدہ برآمد ہوگا۔

خوراک:۔ نصف رتی ہمراہ شہد۔ ترپھلا۔ مکھن۔

فوائد:۔ تپ دق اور دوسرے بخاروں کے لئے اکسیر اعلیٰ ہے۔ تقویت جسم۔ کھانسی۔ اور دمہ کے لئے بھی مستعمل ہوتا ہے۔

ہدایت۔ اگر ابرک میں ستارے چمکدار نظر آئیں تو انہی بوٹیوں کے رس کے ساتھ کھرل کرکے دو تین بار آنچ دیں۔ جب چمک ختم ہو جائے تب سمجھیں کہ کشتہ عمدہ ہے

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

بعض حالات میں جبکہ آگ ٹھیک طریقے سے نہ دی جائے ابرک کی چمک سو سو بار آگ دینے پر بھی نہیں جاتی۔

کشتہ ابرک سفید

ترکیب:۔ ایک سیر ابرک سفید لے کر اسے قلمی شورہ ایک پاؤ کی تہہ میں رکھ کر ہنڈیا میں گل حکمت کرکے گج پٹ کی آگ دیں۔ ابرک برنگ سفید برآمد ہوگا۔ اسے پانی میں دھو کر قلمی شورہ سے جدا کریں۔ اور اب اسے مولی کے پانی میں تین دن کھرل کرکے گج پٹ کی آگ دیں۔ اسی طرح پانچ آگ دیں۔ پھر ترپھلا کے پانی میں کھرل کرکے تین بار آگ دیں۔ بعد میں رس جھنگرہ میں کھرل کرکے ایک آگ دیں۔ آخر میں بھینس کے دودھ میں کھرل کرکے گج پٹ کی آگ دیں۔ کشتہ عمدہ تیار ہوگا۔

خوراک:۔ ایک تا دو رتی ہمراہ عرق گاؤزبان شربت نیلوفر۔

فوائد:۔ صفراوی بخاروں میں اپنا جوہر دکھاتا ہے۔ بخار کی حدت کم کرتا ہے پیاس کو تسکین دیتا ہے۔ پیشاب صاف لاتا ہے۔ جگری حرارت اور صفرا کو کم کرتا ہے۔

کشتہ بارہ سنگھا

ترکیب:۔ عمدہ بارہ سنگھا جو اندر سے خالی ہو ٹکڑے کریں اور اسے پیالہ میں رکھ کر اوپر آک کا دودھ اتنا ڈالیں کہ پُر ہو جائے۔ جب چند دنوں میں خشک ہو تب گلحکمت کرکے آگ گج پٹ کی دیں۔ اس طرح اگر تین بار آنچ اور دیں تو کشتہ کے اوصاف زیادہ عمدہ ہو جائیں گے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

خوراک:- ایک رتی تا دو رتی ہمراہ شہد۔ منقی یا گرم پانی۔

فوائد:- امراض سینہ۔ درد پسلی۔ درد اعصاب۔ نمونیہ۔ دمہ۔ درد سینہ میں بے حد مؤثر ہے۔ سانس لیتے وقت جب درد ہو تب بھی فائدہ کرتا ہے۔

کشتہ پوست بیضۂ مرغ

ترکیب:- مرغی کے انڈوں کے چھلکوں کو پانی میں نمک ڈال کر رکھیں۔ چار روز بعد اندرونی باریک چھلکا دور ہو جائے گا۔ اب ان ایک پاؤ انڈوں کے چھلکوں کو رس بھنگ میں کھرل کر کے اسی کے نغدہ میں گل حکمت کر کے ایک من اُپلوں کی آگ دیں۔ اس طرح تین بار آگ دینے سے کشتہ ہوگا۔

خوراک:- ایک تا دو رتی ہمراہ مکھن یا سپاری پاک۔

فوائد:- سیلان الرحم۔ جریان منی۔ احتلام۔ سرعت۔ سوزاک میں مفید ہے۔ اندام نہانی کی رطوبت اور سرسراہٹ کو دور کر کے تسکین دیتا ہے اندام نہانی کی خارش کو دور کرتا ہے۔ ممسک و مقوی باہ بھی ہے۔ اعلیٰ درجہ کا حیوانی کیلشیم ہے۔

کشتہ پروال (مونگا مرجان)

ترکیب:- مرجان دو تولہ کو نغدہ گھی کنوار میں رکھ کر گل حکمت کریں اور آٹھ سیر کوئلوں کی آنچ دیں۔ اس کے بعد اسے دودھ گائے میں رگڑ کر تین آنچ اور دیں۔ نرم سفید کشتہ برآمد ہوگا۔

نوٹ:- صرف گھی کنوار میں کشتہ بنانے سے ایک نقص رہ جاتا ہے

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

کہ اس کے ذائقہ میں تلخی ہو جاتی ہے۔ گائے کے دودھ میں رگڑ کر آنچ دینے سے یہ نقص رفع ہو جاتا ہے۔

خوراک:- ایک رتی تا چار رتی ہمراہ مکھن یا شہد۔

فوائد:- اعلیٰ درجہ کا کیلشیم ہے۔ دل کو طاقت دیتا ہے۔ بخار کو تسکین دیتا ہے۔ کھانسی رفع کرتا ہے۔ جریان احتلام کو مفید ہے۔ کیونکہ ویرج کو درست بناتا ہے۔ مثانہ کی کمزوری کے لئے بھی یہ اعلیٰ کشتہ ہے۔ نظام ہضم بڑھاتا ہے۔ لیکوریا میں عورتوں کو دینے سے آرام ہو جاتا ہے۔ نکسیر۔ کثرت طمث میں جبکہ خون رقیق ہو جاتا ہے اور بذریعہ مسامات و جھلی رسنے لگتا ہے یہ کشتہ خون کو غلیظ کر کے بہنے سے روکتا ہے۔ ہڈیوں کو مضبوط بناتا ہے۔ بچوں کے دانت نکالنے میں اپنا اثر دکھاتا ہے۔

کشتہ پیتل

ترکیب:- بیس (۲۰) تولہ پیتل کا برادہ لیکر اسے میں سنبل اور گندھک بیس بیس تولہ شامل کر کے رس لیموں میں کھرل کر کے ٹکیہ بنا کر گج پٹ کی آنچ دیں۔ اسی طرح ہر دفعہ سنبل اور گندھک ملا کر رس لیموں میں کھرل کر کے آٹھ دفعہ گج پٹ کی آنچ دینے سے کشتہ تیار ہوگا۔ اس کے بعد ایک پٹ صرف رس لیموں میں کھرل کر کے دیں

خوراک:- ½ تا ایک رتی ہمراہ شہد، مربہ انار وغیرہ۔

فوائد:- کشتہ پیتل امراض جگر۔ تمسیرا۔ سنگرہنی۔ درد شکم کرم امعاء کے لئے نافع ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

کشتہ تانبہ

ترکیب :- برادہ تانبہ نصف سیر لے کر اسے رس گھی کنوار میں ایک روز کھرل کر کے گل حکمت کر کے بیس سیر اُپلوں کی آگ گج پٹ سے دیں۔ بعد میں چوتھائی حصہ یعنی دس تولہ گندھک بھی رس لیموں میں کھرل کر کے ٹکیاں بنائیں اور اس کی چیس بار آگ دیں تاآخر میں ایک آگ پنچ امرت (گائے کا دودھ، گھی گاؤ، دہی، مصری، شہد، مکھن) کی دیں تو بیحد گرانقدر کشتہ تیار ہوگا۔

خوراک :- نصف تا ایک رتی ہمراہ شہد۔

فوائد :- کھانسی سینہ کے امراض بادی اور بلغمی امراض پیٹ کے کیڑے، ضعفِ جگر اور ضعفِ باہ اور نامردی میں اپنا کمال دکھاتا ہے۔ جسم سے زہریلے اور فاسد مواد کا اخراج کرتا ہے۔

نوٹ :- اس کے عمدہ و اعلیٰ ہونے کی شناخت ملاحظہ ہو کہ چٹکی سا کشتہ قدرے دہی میں کھرل کریں۔ اگر رنگ نہ دے تو بہتر ہے۔ بالفرض زنگاری رنگ پکڑے تو ناقص ہے اور اسے ہرگز استعمال میں نہ لائیں ورنہ قے ہو جائیگی۔ ہدایتاً درج ہے۔

کشتہ ترِدھاتا (سہ دھاتا)

ترکیب :- قلعی، جست اور سکہ مساوی الوزن لے کر آہنی کڑاہی میں ڈال کر تیز آنچ دیں۔ پگھلنے پر یکجان ہو جائے۔ تب سفوف پوست خشخاش

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

چٹکی سے ڈالتے رہیں اور اس دوران آہنی ڈنڈے سے رگڑتے رہیں۔ جب تمام خاکستر ہو جائے برابر رگڑتے رہیں کہ مثل غبار بن جائے۔ نیچے اتار کر رس گھی کنوار اور رس بوٹی بلا۔ اور رس بوٹی ہزار دانی میں بالترتیب علیحدہ علیحدہ کھرل کر کے ٹکیاں بنالیں۔ گل حکمت کر کے آگ دیں۔ کم از کم سات بار آنچ دیں کشتہ تیار ہوگا۔

خوراک :- ایک تا دو رتی ہمراہ شہد مکھن یا بالائی۔

فوائد :- مادہ منویہ کو غلیظ کر کے جریان منی، احتلام اور سرعت کو روکتا ہے۔ امساک پیدا کرتا ہے۔ مردانہ قوت میں بھی خاصہ اضافہ کرتا ہے۔ جسم میں امنگ اور توانائی کو برقرار رکھتا ہے۔ سوزاک میں بھی نفع کرتا ہے۔ اگر شربت بزوری کے ہمراہ دیں۔ عورتوں کے سیلان الرحم (رحم سے سفید رطوبت بہنا) میں بھی نفع کثیر دیتا ہے۔

کشتہ جست

اجزاء :- جست آہنی کڑاہی میں پگھلا کر سفوف پوست خشخاش کی چٹکی ڈالیں اور آہنی ڈنڈے سے رگڑتے رہیں۔ نیچے آگ خوب تیز کریں۔ نرم آنچ پر جست کا کشتہ نہیں بنتا۔ جب جست پھولنا شروع ہو تب بہت سی گیس نکلتی معلوم ہوں گی۔ شگفتہ ہونے پر نیچے اتار لیں۔ بعد میں رس گھی کنوار میں کھرل کر کے ٹکیہ بنا کر گل حکمت کریں اور چار سیر اُپلوں کی مزید سات بار آنچ دیں۔ عمدہ کشتہ تیار ہوگا۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

خوراک :- ایک رتی ہمراہ مکھن و شہد

فوائد :- اندرونی آنتوں سے خون کا جاری ہونا۔ پیشاب کی بیماریاں۔ مثلاً سوزش، جلن وغیرہ جریان احتلام۔ چھپاکی میں نمایاں اثر دکھاتا ہے۔ چھپاکی (شری) کے لئے ایک ہی خوراک اپنا معجزہ دکھاتی ہے۔

کشتہ چاندی (نقرہ)

ترکیب :- ورق نقرہ ۲ تولہ کو ایک تولہ گندھک اور رس لیموں میں کھرل کریں اور بعدہ ٹکیہ بنا کر دو سیر اُپلوں کی آنچ دیں۔

آنچ نرم ہونی چاہئے۔ تیز ہونے سے کشتہ نہیں بنے گا کیونکہ چاندی کم درجہ حرارت پر ہی گداز ہو جاتی ہے۔

خوراک :- نصف تا ایک رتی ہمراہ مکھن۔ بالائی یا شہد۔

فوائد :- اعضاء رئیسہ و شریفہ کو قوت بخشے۔ مفرح القلب اور مقوی دماغ ہے۔ جریان منی۔ احتلام۔ ذکاوت حس۔ اور گرمی مثانہ کو نافع ہے۔ ذیابطیس میں بھی فائدہ کرتا ہے۔ صفراوی مزاج والوں کو موافق ہے۔ مثانہ کو طاقت دے کر بار بار پیشاب آنے سے روکتا ہے۔

کشتہ چاندی

اجزاء و ترکیب :- تین تولہ چاندی کے باریک پترے بنا کر ہڑتال ایک تولہ کو رس لیموں میں رگڑ کر چاندی کے پتروں پر لیپ کر دیں۔ بعدہ خشک ہونے پر

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

پتروں کو مٹی کے چھوٹے پیالے میں بند کر کے تیس جنگلی اُپلوں کی آنچ دیں دوبارہ نکال کر ایک تولہ ہڑتال اور رس لیموں کے ساتھ کھرل کر کے ٹکیاں بنا کر حسب سابقہ پیالہ میں بند کر کے تیس جنگلی اُپلوں کی آنچ دیں۔ اس طرح چودہ بار آنچ دینے سے کشتہ ملائم تیار ہوگا۔

خوراک :- نصف رتی تا ایک رتی ہمراہ شہد، مکھن یا بالائی۔

فوائد :- چاندی و نقرہ میں شیریں اور سرد ہوتی ہے۔ یہ وائیو اور کف (بادی و بلغمی) کے امراض میں نفع کرتی ہے۔ قوت ہاضمہ کو بڑھاتی ہے۔ نیز خوراک میں رغبت پیدا کرتی ہے۔ طاقت بخش ہے۔ عمر دراز کرنے والی ہے اور قوت حافظہ و قوت دل کے لئے اکسیر صفت ہے۔ جریان دور کرتی ہے۔ مثانہ کی حدت کو کم کرتی ہے۔ تسکین قلب کرتی ہے اور مفرح اعلیٰ ہے۔ صفراوی مزاج والوں کو از حد فائدہ پہنچاتی ہے۔

کشتہ زہر مہرہ

ترکیب :- ایک پاؤ عمدہ سبز رنگت کا زہر مہرہ۔ ہاون دستہ میں کوٹ کر باریک کریں۔ بعد میں دو سیر عرق گلاب عمدہ میں کھرل کریں حتی کہ تمام عرق جذب ہو جائے۔ نہایت ملائم اور عمدہ کشتہ تیار ہوگا۔

خوراک :- نصف تا دو رتی ہمراہ شہد وغیرہ۔

فوائد :- امراض صفراوی میں فائدہ کرتا ہے۔ بالخصوص بچوں کے امراض

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

میں عام استعمال ہوتا ہے۔ عطش زیادتی پیاس کو روکتا ہے۔ قے۔ ہرے پیلے دست۔ گرمی وغیرہ میں عرق گلاب یا عرق سونف کے ساتھ استعمال کرنے پر افاقہ ہوتا ہے۔

کشتہ سیسہ (سکہ مجرب)

ترکیب:۔ سکہ ایک چھٹانک لیکر آہنی کڑاہی میں پگھلائیں۔ اور اسی کے وزن برابر قلمی شورہ کا سفوف تھوڑا تھوڑا ملاتے رہیں اور نیم کے سبز ڈنڈے سے ہلاتے رہیں۔ جب سکہ مثل راکھ ہو جائے تب دیر تک رگڑتے رہیں۔ قلمی شورہ کی دوسری چٹکی اسی وقت ڈالیں جبکہ پہلی چٹکی بخوبی مل جائے۔

بعد ازاں اُتار کر سرد کر لیں اور پانی سے دھو کر خشک کر لیں۔ نیم کے رس میں کھرل کر کے ٹکیہ بنا کر گلحکمت کریں اور دو سیر اُپلوں کی آنچ دیں۔ اسی طرح یکے بعد دیگرے گیارہ بار آنچ دیں کشتہ تیار ہوگا۔

خوراک:۔ دو تا چار رتی ہمراہ شہد یا مکھن۔

فوائد:۔ ذیابیطس۔ سوزاک۔ کثرت البول۔ جریان منی۔ احتلام۔ مادہ منویہ کا رقیق ہونا۔ جریان خون۔ بالخصوص کثرت طمث (خونِ حیض کا برابر جاری رہنا) میں زود اثر ہے۔ کثرتِ طمث کے لئے تین بار دن میں دینے سے فوراً نفع ہوگا۔

کشتہ سنکھ

ترکیب:۔ سنکھ کے ٹکڑے لے کر سرکہ یا رس لیموں میں اُبال کر شدہ کر کے

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

کوزہ گلی میں ڈالیں۔ اوپر سے رس گھیکوار ڈالیں۔ گلحکمت کر کے گج پٹ کی آگ دیں تین آنچ میں عمدہ کشتہ تیار ہوگا۔ مزید بہتر بنانے کے لئے دودھ آک میں کھرل کر کے ٹکیہ بنا کر گلحکمت کریں اور ایک بار مزید آنچ دیں۔

خوراک:۔ ایک تا دو رتی ہمراہ شہد یا تین ماشہ لون بجا سکر چورن۔

فوائد:۔ خرابی ہاضمہ درد شکم۔ اپھارہ۔ قراقر شکم۔ امراض جگر اور بچوں کے لئے مفید ہے۔ نوجوان عورتوں اور مردوں کے چہرے کے کیل دور کرنے میں بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ بدنما چہرہ کو خوبصورت بناتا ہے۔

کشتہ سنکھیا (سم الفار)

ترکیب۔ ایک ہنڈیا میں مُولی کی راکھ بقدر ایک سیر کو نیچے اوپر رکھ کر دو تولہ شُدہ سنکھیا سفید رکھیں۔ راکھ مُولی اچھی طرح دبا دیں۔ بعد میں ہنڈیا کے اوپر سرپوش رکھ کر خوب اچھی طرح گلحکمت کریں اور چولہے پر رکھ دیں۔ نیچے لکڑی کی مدھم آنچ دیں۔ بارہ گھنٹے تک متواتر آگ دینے سے کشتہ سنکھیا تیار ہوتا ہے۔

نوٹ:۔ راکھ مُولی میسر نہ ہو تو اس کی بجائے اپامارگ بُوٹی کی راکھ استعمال کریں۔

خوراک:۔ نصف چاول تا ایک چاول منقیٰ مویز میں رکھ کر دیں۔ اوپر سے دودھ میں گھی ملا کر پلائیں۔

فوائد:۔ کھانسی۔ دمہ۔ سردی کا بخار اور نامردی میں اپنا خاص اثر رکھتا ہے۔ بلغم کو خارج کرتا ہے خون پیدا کرتا ہے۔ دورانِ استعمال۔ دودھ۔ گھی مکھن بالائی خوب دیں۔ **پرہیز:**۔ مُولی کھانے کو ہرگز نہ دیں۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

کشتہ سونا

ترکیب: - برادہ سونا ایک تولہ۔ پارہ شدھ دو تولہ۔ گندھک شدھ ۳ تولہ۔ سونے کو دو تولہ پارہ کے ہمراہ خوب کھرل کریں۔ جب یکجان ہو کر گولا سا بن جائے تب گندھک کو باریک پیس کر ڈیڑھ تولہ گندھک پیالے میں ڈال دیں۔ اس کے اوپر سونے اور پارے کی بنی ہوئی ٹکی رکھ دیں اور اسے ڈیڑھ تولہ گندھک سے ڈھانپ دیں۔ اس پیالے کے اوپر دوسرا پیالہ رکھ کر گل حکمت کریں۔ اور اسے تین جنگلی اوپلوں کی آنچ دیں۔ اسی طرح ہر بار ۲ تولہ پارہ میں کھرل کرکے تین تولہ گندھک اوپر نیچے رکھ کر اکیس (۲۱) بار آنچ دیں۔ عمدہ قسم کا کشتہ سونا تیار ہوگا۔

خوراک: - ۱/۸ رتی تا ۱/۴ رتی ہمراہ شہد۔ بالائی۔ مکھن

فوائد: - واضح ہو کہ جسم میں سونے کی مقدار بہت قلیل ہوتی ہے۔ لہٰذا سونے کی خوراک اسی قدر کم مقدار میں استعمال کی جاتی ہے جو نہایت مفید ہے۔ مشاہدہ میں آیا ہے کہ تپ دق کے مریضوں کو سونے کے زیادہ مقدار والے رسوں کی نسبت کم مقدار والے رس زیادہ زود اثر ثابت ہوتے ہیں۔

اعضائے رئیسہ و شریفہ کو بے حد طاقت دیتا ہے۔ دل و دماغ۔ جگر، معدہ گردہ و مثانہ کو قوت دیتا ہے۔ جسم کے ناکارہ ٹشوز (TISSUES) کو دوبارہ زندگی بخشتا ہے۔ اسی وجہ سے لمبی بیماری کی وجہ سے سست اور کمزور اعضاء کو از سر نو طاقت اور حرکت بخشتا ہے۔ نیز جسم میں سمیاتی (زہریلے) اثرات کو جو کہ متعدد امراض پیدا کرنے کا باعث ہیں زائل کرتا ہے۔ ذہانت اور یادداشت کی افزائش

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

کرتا ہے۔ مقوی بدن ہے۔ جسم کی ناطاقتی اور سستی کو دور کرکے چستی و چالاکی پیدا کرتا ہے۔ جسم کو سڈول اور خوبصورت کرتا ہے۔

کشتہ سونا (طلا)

ترکیب: - ورق سونا ایک تولہ۔ گندھک آملہ سار ۴ تولہ۔ رس کنوار گندل کپڑے میں چھنا ہوا ایک بوتل۔

ایک تولہ گندھک کھرل میں ڈالیں۔ بعد میں ایک ایک کرکے ورق سونا۔ اور تھوڑا تھوڑا رس کنوار گندل ڈال کر کھرل کرتے رہیں۔ جب تمام اوراق داخل ہو جائیں تب ایک ٹکیہ بنالیں اور خشک کرکے گل حکمت کرکے ۲ ۱/۲ سیر اوپلوں کی آگ در زمین میں گڑھا کھود کر دیں۔ سرد ہونے پر ٹکیہ کو کھرل میں ڈال کر ایک تولہ گندھک کا اضافہ کر دیں۔ اور قدرے رس گھیکوار ڈالیں۔ کھرل کرنے کے بعد دوبارہ ٹکیہ بنا کر ۲ ۱/۲ سیر اوپلوں کی آنچ دیں۔ اسی طرح علی الترتیب ۴ یا ۵ بار یہ عمل دہرائیں حتیٰ کہ گندھک ختم ہو جائے۔ گندھک اڑ جاتی ہے اور جزو کشتہ نہیں بنتی۔ آخر میں صرف رس گھیکوار میں کھرل کریں اور آگ دیں۔ اسی طرح چار بار رس گھیکوار میں کھرل کرکے آگ دیں۔ بعد میں کشتہ سونا کو نکال کر بذریعہ گلاب عمدہ ایک تولہ میں کھرل کرکے محفوظ رکھیں۔

خوراک: - ایک چاول تا نصف رتی ہمراہ بالائی مکھن وغیرہ میں۔

فوائد: - اعضائے رئیسہ و شریفہ کو قوت بخشتا ہے۔ ذہانت یادداشت اور نظر کو تیز کرتا ہے۔ جنون و دیوانگی۔ مراق۔ مالیخولیا۔ عصبی کمزوری۔ تپ دق

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

گردوں کی کمزوری و مثانہ کے امراض میں اکسیر کا حکم رکھتا ہے۔ ٹائیفائیڈ بخار میں فائدہ کرتا ہے۔ خون کی حدت کم کرتا ہے۔ حرارتِ غریزی کو بڑھاتا ہے۔

کشتہ سونا مکھی

ترکیب :- سونا مکھی شدھ دو چھٹانک کو ہمراہ گندھک نصف چھٹانک روغن ارنڈ سے کھرل کر کے ٹکیاں بنائیں اور گلحکمت کر کے گج پٹ کی آگ دیں اسی طرح سات آنچ دیں۔

خوراک :- ایک رتی ہمراہ شہد یا مکھن۔

فوائد :- بے خوابی۔ دماغی کمزوری۔ دل کی کمزوری۔ یرقان۔ حیض کی خرابی۔ شکایات بواسیر اور بچوں کے امراض میں دیا جاتا ہے۔ جسم میں خون بھی پیدا کرتا ہے۔

کشتہ سنگ یشب

ترکیب :- سنگِ یشب برنگ صاف شفاف بے رنگ و ریشہ لے کر آگ میں سرخ کر کے عرق گاؤزبان میں اکیس بار بجھائیں بعد میں باریک کر کے بکری کے دودھ میں کھرل کر کے ٹکیہ بنا کر دس سیر اپلوں کی آگ دیں۔ اسی طرح تین بار مزید آگ دیں۔

خوراک :- ایک تا دو رتی ہمراہ مربہ گاجر سیب۔ آملہ گلقند یا مکھن۔ ورق چاندی سے ملفوف۔

فوائد :- تقویتِ دل کے لئے بے نظیر ہے۔ دل کی دھڑکن دل ڈوبنا

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

دل بیٹھنا۔ دل کا گھبرانا۔ دل کا کمزور ہونا۔ دل کی حرارت وغیرہ امراض میں اکسیر ہے۔

کشتہ سنگِ یہود (حجر الیہود)

ترکیب :- سنگِ یہود کو آبِ مولی میں کھرل کر کے ٹکیہ بنائیں اور گلحکمت کر کے چھ سیر اپلوں کی آگ دیں۔ اسی طرح تین بار آگ دیں۔ بعد میں دوبارہ آبِ برگِ کیلہ میں کھرل کر کے آگ دیں۔ کشتہ ہوگا۔

خوراک :- ایک تا دو رتی ہمراہ شربتِ انار یا رُبِّ انار۔

فوائد :- سوزاک۔ سوزشِ البول۔ پیشاب کی جلن۔ سنگِ مثانہ و گردہ میں فائدہ کرتا ہے۔ پیشاب آور ہے۔ پتھری کو ریزہ ریزہ کر کے نکالتا ہے۔

کشتہ شنگرف

ترکیب :- شنگرف رومی ایک تولہ۔ شیر مدار ایک پاؤ میں تھوڑا تھوڑا کھرل کریں۔ جب شنگرف میں تمام دودھ جذب ہو جائے تب ٹکیہ بنا کر دھوپ میں خشک کر لیں۔ بعد اس کے ٹکیہ ہذا کو ایک چھٹانک سفوف میں ملفوف کر دیں۔ اب اسے ایک سیر اپلوں کے درمیان رکھ کر آگ دیں۔ سرد ہونے پر نکال کر محفوظ رکھیں۔

ہدایت :- آگ دیتے وقت ہوا کا خیال رکھیں۔

خوراک :- ایک تا دو رتی ہمراہ شہد، مکھن یا بالائی

فوائد :- ضعفِ باہ، ضعفِ اعصاب (پٹھوں کی کمزوری) اور نامردی

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

کے لئے خاص وصف رکھتا ہے۔ چہرے کی رنگت کو سرخ و سفید کرتا ہے۔ مولدِ خون (نیا خون پیدا کرنے والا) ہے۔ دافع بلغم ہے۔

کشتہ شنگرف

ترکیب: شنگرف رومی دو تولہ۔ بھلاواں (ٹوپی دور کردہ) تین چھٹانک جو کوب کردہ۔ اوّل آہنی کڑاہی میں بھلاواں ڈال کر شنگرف کی ڈلی رکھیں اوپر شہد تین چھٹانک اور گھی گائے تین چھٹانک ڈال دیں نیچے تیز آگ روشن کریں۔ مگر دھوئیں سے اپنے آپ کو محفوظ رکھیں۔ جب کڑاہی کے اندر آگ لگ جائے نیچے کی آگ بند کر دیں۔ اور سرد ہونے پر شنگرف کی ڈلی کو شیر مدار (دودھ آک) ایک چھٹانک میں کھرل کرکے ٹکیہ بنائیں۔ اور دوبارہ شیر مدار میں تر کرکے ایک پاؤ نمک لاہوری میں رکھ کر گل حکمت کرکے چار سیر اُپلوں کی آگ دیں۔ سرد ہونے پر نکالیں۔ اسی ترکیب سے سات بار آگ دینے سے اعلیٰ درجہ کا کشتہ شنگرف برنگ سرخ اور باوزن تیار ہوگا۔

احتیاط: آگ بہت تیز نہ ہو۔

خوراک: نصف رتی تا ایک رتی ہمراہ مکھن شہد بالائی یا منقیٰ میں رکھ کر اوپر سے دودھ پلائیں۔

فوائد: نامردی۔ اعصابی کمزوری (پٹھوں کی سستی) امراض بلغمی بادی وجع المفاصل۔ ادھرنگ۔ بلغمی کھانسی۔ دمہ کے لئے اکسیر اثر ہے۔ مُردہ اعضاء میں برقی لہریں پیدا کرتا ہے۔ بوڑھوں کے لئے تجدیدِ شباب کا پیغام ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

اور نوجوانوں کے لئے روحِ حیات۔ کمزور مردوں کے لئے بہارِ جاوداں سے کم نہیں۔ جسم میں سیروں تازہ خون پیدا کرکے چہرے پر شگفتگی و تازگی نکھارتا ہے عضوِ مخصوص کے استرخاء کو دور کرکے مضبوط بھی لاتا ہے خون کے دورے کو تیز کرتا ہے۔ بلغم کا اخراج کرنے میں بھی لاثانی ہے۔ دورانِ استعمال مرغن غذائیں دیں تاکہ خوراک جزوِ بدن بن سکے۔

کشتہ شنگرف

ترکیب: شنگرف رومی ڈلی دار ایک تولہ۔ آہنی توے پر نصف پاؤ جو کوب کردہ ملکنگنی ڈال کر اوپر شنگرف رکھیں۔ شنگرف کے اوپر نصف پاؤ ملکنگنی ڈالیں نیچے نرم آنچ دیں۔ جلنے پر سرد کرکے محفوظ رکھیں۔ کشتہ سرخ رنگ ہوگا۔

خوراک: ایک رتی ہمراہ شہد مکھن بالائی۔

فوائد: جسم میں تازہ خون پیدا کرتا ہے۔ ضعفِ دل ضعفِ دماغ ضعفِ جگر اور نامردی کے لئے پیغامِ شباب ہے۔ پٹھوں کو طاقت دیتا ہے بلغم کو پکا کر خارج کرتا ہے۔ چہرے کو سرخ و سفید بنا کر خوبصورت بناتا ہے۔ دورانِ استعمال دودھ گھی انڈے خوب دیں۔

کشتہ عقیق

ترکیب: عقیق عرق گلاب میں اکیس بار بجھایا ہوا بہ رنگ سرخ پاؤ بھر ٹکڑے ٹکڑے کرکے ارجن چھال کے کاڑھے میں کھرل کرکے اس کے ٹکڑے

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

میں رکھ کر گلحکمت کریں اور پندرہ بار آنچ دیں۔

کشتہ برنگ سفید برآمد ہوگا۔ عرق کیوڑہ و گلاب میں کھرل کریں حتیٰ کہ بایکنگ

خوراک :۔ ایک رتی تا دو رتی ہمراہ مکھن، مربہ آملہ، سیب یا گذر۔

فوائد :۔ تقویت دل کے لئے لاثانی کشتہ ہے۔ دل بیٹھنا۔ کمزور ہونا۔ دل ڈوبنا۔ دل دھڑکنا، غشی، دل کا گم ہونا میں ازحد مفید ہے۔

دل کے علاوہ جگر اور دماغ کو بھی طاقت دیتا ہے ضعف بصارت کو دور کرتا ہے

کشتہ فولاد (بلا آنچ)

ترکیب :۔ برادہ فولاد صاف کردہ (ریتی سے رگڑا ہوا) ایک چھٹانک لیکر چینی کے برتن میں ڈال کر اوپر سے سرکہ جامن اس قدر ڈالیں کہ ایک انگلی سطح سے اوپر رہے۔ جب سرکہ جذب ہو جائے تب اتنی ہی مقدار میں آب انار ترش ڈالیں خشک ہونے پر رس لیموں ڈالیں۔ جب خشک ہو جائے تب رس سنگترہ ڈالیں اور خشک کریں۔ آخر میں ترپھلا کے کاڑھا میں خشک کر لیں۔ نہایت عمدہ نرم کشتہ برآمد ہوگا۔

خوراک :۔ ایک تا چار رتی ہمراہ مکھن، مربہ انار وغیرہ۔

فوائد :۔ ضعف جگر۔ عظم جگر (جگر کا بڑھنا) یرقان۔ جگر و مثانہ کی گرمی صفراء کی کثرت۔ عطش (زیادہ پیاس لگنا) کمی خون۔ چہرے کی زردی جسم کی کمزوری اور ناطاقتی میں فائدہ کرتا ہے۔ خون میں سرخ ذرات کی کمی کو پورا کرتا ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

کشتہ فولاد

ترکیب :۔ برادہ فولاد (ریتی والا) ایک پاؤ لے کر ترپھلا کے کاڑھے میں کھرل کر کے اکیس بار آنچ دیں۔ بعد میں گھیکوار۔ اٹ سٹ یا شنگرف کی سات سات بار آگ دیں۔

نوٹ :۔ فولاد کو زیادہ تیز آنچ نہیں دینی چاہیئے۔

خوراک :۔ ایک رتی ہمراہ مکھن، شہد یا بالائی۔

فوائد :۔ جگر کی کمزوری، جگر کا بڑھنا۔ خون کی کمی۔ خون میں سرخ ذرات کی کمی، جسمانی کمزوری، چہرے کی بے رونقی اور پیلا پن، تپ دق میں کیسے خون صالح پیدا کر کے جسم کو طاقت اور چہرے کی رونق کو دوبالا کرتا ہے۔ قوت باہ کو بھی نافع ہے۔ اعضائے رئیسہ کو طاقت دیتا ہے۔

کشتہ کیس

ترکیب :۔ چالیس تولہ کیس سبز شدہ لے کر آب بھنگرہ میں بارہ گھنٹے تک کھرل کر کے ٹکیہ بنا کر خشک کریں۔ بعدہٗ پیالہ میں گلحکمت کر کے دس سیر اپلوں کی نرم آنچ دیں۔ تین دفعہ آنچ دینے پر سرخ رنگت کا کشتہ تیار ہوگا۔ قریباً دس تولہ کشتہ برآمد ہوگا۔

خوراک :۔ تین رتی ہمراہ ترپھلا کاڑھا، شہد یا گھی یا مناسب بدرقہ۔

فوائد :۔ کیس میں فولاد کا جزو ہوتا ہے۔ لہٰذا یرقان۔ کمی خون۔ ازدیاد جگر

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

اور امراض شکم کے لئے فائدہ مند ہے۔ جسم میں خون کی کمی کے سبب حیض کا کم مقدار میں آنا اس کے استعمال سے رفع ہو جاتا ہے۔

کشتہ کوڑی (خرمہرہ)

ترکیب:۔ زرد کوڑی ایک سیر لے کر گودا کنوار گندل نصف سیر میں رکھ کر گل حکمت کریں۔ ایک من اپلوں کی آنچ دیں۔ اور اسی طرح رس کنوار گندل میں کھرل کر کے ٹکیہ بنا کر مزید تین بار آنچ دیں۔ آخر میں بکری کے دودھ یا دھتورہ(؟) میں کھرل کر کے ٹکیہ بنا کر ایک آنچ دیں۔ سفید ملائم کشتہ برآمد ہوگا۔

خوراک:۔ ایک رتی سے چار رتی تک ہمراہ شہد، مکھن، بالائی یا دودھ۔

فوائد:۔ نہایت عمدہ کیلشیم ہے۔ امراض شکم میں فائدہ مند ہے۔ جریان کو دور کرتا ہے۔ کمزور ہڈیوں کو طاقت دیتا ہے۔ مرض تپ دق میں بھی مفید ہے۔ سنگرہنی کے لئے سود مند ہے۔ کشتہ ہذا کا بلغمی اور بادی امراض میں بھی استعمال کیا جاتا ہے۔

کشتہ کانسی

ترکیب:۔ برادہ کانسی لے کر رس لیموں کے ہمراہ مساوی الوزن گجلی (پارہ گندھک باہم رگڑنے سے بنتی ہے) ملا کر کھرل کریں۔ اور ٹکیاں بنا کر گل حکمت کر کے گج پٹ کی آگ دیں۔ سات بار آگ دینے سے کشتہ برنگ سیاہ برآمد ہوگا۔

خوراک:۔ نصف رتی ہمراہ مکھن۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

LIBRARY
Anjuman Taraqqi Urdu Hind

فوائد:۔ امراض جگر مثلاً ضعف جگر، صلابت جگر (جگر کی سختی) عظم جگر (جگر کا بڑھنا) میں بے حد مفید ترین ثابت ہوتا ہے۔ علاوہ بریں تقویت باہ کو بھی نفع دیتا ہے۔

کشتہ قلعی

ترکیب:۔ قلعی ایک پاؤ کو مٹی کی کڑاہی میں پگھلائیں۔ اور اس میں پھٹکنڈے ایک سیر کا نغدہ رکھ کر لوہے کی کڑچھی سے رگڑیں۔ آنچ تیز رکھیں جس سے مٹی کے برتن کا پیندا سرخ ہو۔ جب تمام قلعی خاکستر ہو جائے تب پانی میں دھو کر پھٹکنڈا خارج کر دیں اور قلعی کو رس گھی کنوار میں کھرل کر کے ٹکیہ بنا کر گل حکمت کریں۔ اب اسے پانچ بار آگ دیں۔ سفید اور نرم کشتہ تیار ہوگا۔ پھٹکنڈے کی بجائے اگر ہینگ سے کام لیا جائے تو کشتہ بہت ممسک ہو جائے گا۔

خوراک:۔ ایک رتی ہمراہ مکھن۔ بالائی یا شہد۔

فوائد:۔ جریان، احتلام، سرعت انزال کے لئے اکسیر ہے۔ مادہ منویہ کی اصلاح کر کے اسے گاڑھا کرتا ہے۔ جس سے جلد انزال نہیں ہوتا۔ ذکاوت حس دور ہوتی ہے۔ مثانہ کی کمزوری دور کرتا ہے۔ امساک پیدا کر کے قوت باہ بڑھاتا ہے۔ مثل مشہور ہے "گھوڑے کو تنگ، مرد کو بنگ"۔
کشتہ قلعی امراض منی میں بے حد مجرب ثابت ہوا ہے۔

کشتہ قلعی

ترکیب:۔ پانچ تولہ قلعی کو رشتہ کر کے بوٹی زخم حیات (پتھر چٹہ) کے

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

نصف سیر گندھک میں رکھ کر گل حکمت کریں اور سات سیر اوپلوں کی آنچ دیں دوبارہ آنچ دینے سے شگفتہ ہوگی۔

خوراک: ایک رتی تا دو رتی ہمراہ مکھن یا موصلی پاک۔

فوائد: ذیابیطس کو کم کرتا ہے جریان احتلام کو فائدہ دے۔ سرعت انزال ذکاوت حس۔ گرمی مثانہ۔ ضعف مثانہ۔ پیشاب کا بار بار آنا۔ پیشاب میں رطوبت آنا۔ پیشاب کا رنگ گدلا آنا اور جملہ امراض منی و بول میں نفع کرے۔ طبعی امساک پیدا کرے۔

کشتہ ہڑتال گودنتی

ترکیب: ہڑتال کے سفید چمکدار ٹکڑے لے کر گندہ گلو۔ گندہ گھیکوار برگ نیم یا برگ بول کے نغدہ میں رکھ کر آگ دیں۔

دیگر اعلیٰ ترکیب:

ایک پاؤ ہڑتال کو پیپل کی چھال کے ایک سیر نغدہ میں رکھ کر گل حکمت کر کے سات دفعہ آنچ دیں۔ تو جو کشتہ برآمد ہوگا وہ مرض تپدق کے لئے تریاق ہوگا۔

خوراک: ایک رتی سے چار رتی تک ہمراہ مناسب بدرقہ۔

فوائد: بخار ہر قسم ملیریا بخار۔ انفلوئنزا۔ بالخصوص سردرد۔ نزلہ زکام نزلہ کھانسی۔ مذکورہ بالا امراض کے لئے تیر بہدف ثابت ہوا ہے۔

کشتہ ہڑتال ورقیہ

ترکیب: ہڑتال ورقیہ شدھ ایک تولہ اور سرخ پھٹکڑی چار تولہ۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

اول کوزہ میں نصف پھٹکڑی کا سفوف رکھ کر اوپر ہڑتال رکھیں اور باقی ماندہ پھٹکڑی اوپر بچھا دیں۔ بعد میں اسے گل حکمت کریں۔ اور خشک ہونے پر دو سیر سرکنڈوں کی آنچ دیں۔ سرد ہونے پر ہڑتال ورقیہ ملی گلابی رنگ کی پھٹکڑی شگفتہ ہوئی نکالیں۔ اس میں سے ہڑتال کافی اڑ جاتی ہے تاہم خاصہ فائدہ دیتی ہے۔

خوراک: ایک تا دو رتی دن میں دو بار دیں۔

فوائد: نئے بخار اور پرانے بخار کو دور کرتی ہے۔ بخار ملیریا سے تین گھنٹے بمقدار ۲ ماشہ پہلے دینے سے اور دوبارہ دو گھنٹے بعد دینے سے نفع ہوتا ہے۔

کشتہ موتی (مروارید)

ترکیب: عمدہ بصرئی موتی ایک تولہ لے کر عرق گلاب یا رس نیلوفر بیس تولہ میں مسلسل کھرل کریں۔ کھرل کرنے سے ہی عمدہ قسم کا لاجواب کشتہ تیار ہوگا۔ اگر اس کی ٹکیہ بنا کر گل حکمت کریں اور سیر جنگلی اوپلوں کی آنچ دیں تب بھی تیار ہو جائے گا۔ مگر اس طرح کشتہ موتی کا وزن کم ہو جائے گا اور پورا فائدہ بھی نہیں کرتا۔ لہٰذا اول الذکر ترکیب سے ہی کشتہ بلا آگ تیار کریں جو بہتر اور درست ہے۔

خوراک: نصف تا ایک رتی ہمراہ شہد مکھن بالائی۔ مربہ گاجر مربہ آملہ مربہ سیب۔

فوائد: امراض قلب مثلاً دل کا ڈوبنا۔ دل کا کمزور ہونا۔ دل کا گھبرانا۔ دل کا اچھلنا اور غشی وغیرہ میں خاص درجہ نفع کرتا ہے۔ صفراوی امراض میں صفرا کو کم کرتا ہے۔ معتدل اور تسکین دہ ہے۔ اول درجہ کا نفیس کیلشیم ہے۔ بخار کی

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

حدت کم کرتا ہے۔ چیچک موتی جھرا میں عام استعمال کیا جاتا ہے۔

کشتہ موتی سیپ (صدف مرواریدی)

ترکیب:- ایک چھٹانک موتی سیپ بڑے بڑے کر پشت علیحدہ کر کے دریائی چمکدار حصے کر اسے ٹکڑے ٹکڑے کر کے پیالہ میں ڈالیں۔ اوپر بکری کا دودھ بھر کر سوا سیر اُپلوں کی آگ دیں۔

اس کشتہ کو دوبارہ بکری کے دودھ میں کھرل کر کے سات بار آگ دیں نرم اور سفید کشتہ برآمد ہوگا۔

خوراک:- ایک رتی تا دو رتی ہمراہ شہد یا مکھن

فوائد:- اعلیٰ درجہ کا مفید کیلشیم ہے۔ صفراوی بخاروں میں پیاس جلن خون کی حرارت کم کر کے تسکین دیتا ہے۔ ہڈیوں کو مضبوط بناتا ہے جس سے بچوں کو دانت نکالنے میں آسانی ہوتی ہے اور سوکھے بچے صحت مند ہوتے ہیں۔ خون رقیق ہونے سے سیلان خون، رکت پت ہو جاتا ہے۔ اس نقص کشتہ کی بدولت نفع ہوتا ہے۔ منی کو غلیظ کر کے جریان احتلام رفع کرتا ہے۔ ٹیکر یا اور عام بخاروں میں بھی مفید ہے۔ بھوک لگاتا ہے۔ دل وجگر کو طاقت دیتا ہے۔ رتی میں بھی مفید ہے۔ جسم کو طاقت دیکر صحت مند بناتا ہے۔ ہڈیوں کی بیماریوں میں بے حد کارگر ہوتا ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

کشتہ مندور (خبث الحدید)

ترکیب:- شدہ مندور ہاون دستہ میں باریک کر کے گئو موتر میں کھرل کر کے ٹکیاں بنالیں۔ گل حکمت کر کے گج پٹ کی آگ دیں۔ اس کے بعد تین آگ اور دیں۔ پھر گائے کے دہی میں کھرل کر کے چار آگ اور دیں۔ تین بار رس گھیکوار میں کھرل کر کے آگ دیں۔ تیار ہوگا۔

خوراک:- اعلیٰ درجہ کا مولد خون ہے۔ جگر کی اصلاح کرتا ہے۔

فوائد:- جگر کی سختی، جگر کی کمزوری، جگر کی خرابی، سوزش البول، یرقان، کمی خون، کمزوری مثانہ میں اکسیر صفت ہے۔

کشتہ مندور بالخصوص یرقان میں قابل تحیر اثر دکھاتا ہے۔ جگر میں صفرا (پت) کی رکاوٹ دور ہونے پر خون کی اصلاح ہوتی ہے اور صفرا بجائے خون میں تحلیل ہونے کے بذریعہ آنتوں کے باہر خارج ہو جاتا ہے۔ ایک تا دو رتی ہمراہ دہی کے گھڑ یا دہی کی لسی کے دیں۔

کشتہ مورپنکھ

ترکیب:- مور کے پنکھ لے کر چار چار انگل ٹکڑے کریں اور اسے ایک سیر کے قریب لے کر گھڑے میں بند کر کے پیالہ سے ڈھانپ کر گلحکمت کریں دس سیر اُپلوں کی آنچ دیں۔ برنگ سیاہ کشتہ برآمد ہوگا۔

احتیاط رہے کہ آنچ زیادہ تیز نہ دی جائے۔ کیونکہ اس سے پنکھ کا کوئلہ برآمد

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

نہیں ہوگا۔ بلکہ سفید رنگ کی خاکستر بن جائیگی جو بے فائدہ ہوتی ہے۔

خوراک :۔ ایک رتی تا تین رتی ہمراہ شہد

فوائد :۔ فواق (ہچکی) کو فائدہ کرتی ہے۔ کھانسی دمہ اور پھیپھڑوں کے امراض میں مفید ہے نیز بلغمی حلق کی سرسراہٹ کو تسکین دیتا ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

رس اور گولیوں وغیرہ کا بیان

تعریف :۔ آیوروید میں رس پارہ کو کہتے ہیں۔ پارہ اپنی لاتعداد صفات کے علاوہ جراثیم کش بھی ہے۔ اسے دوسرے مفردات کے ساتھ شامل کر دینے سے دوا خراب ہونے سے محفوظ رہتی ہے۔ نیز اسکی طاقت برسوں تک قائم رہتی ہے۔

پارہ اپنی لطافت کے باعث آمیزش شدہ مفردات یا مرکبات کو زیادہ موثر و دیرپا اور مفید تر بنا دیتا ہے کیونکہ پارہ کی خاصیت یہ ہے کہ وہ اپنے ساتھ شامل کردہ دیگر ادویات کو فی الفور جزو بدن بنا دیتا ہے۔ پس دوا کے اثرات خون میں تحلیل ہوتے ہی سریع التاثیر ہو جاتے ہیں۔ یعنی عین اسی وقت ہی اپنا فعل شروع کر دیتے ہیں جبکہ مریض کو رس کا استعمال کرایا جائے۔

انسانی طبیعت قلیل اور زود اثر ادویات کی طرف مائل رہتی ہے۔ لوگ چورن کی زیادہ مقدار استعمال کرنے سے گھبراتے ہیں لہذا اسی مطلب کے لئے آیورویدک گرنتھوں میں رسوں کے طریقہ علاج کو بتایا گیا ہے۔ خاص خاص دواؤں کے چورن اور کاڑھوں کی مقدار کم کرنے اور زیادہ طاقت ور بنانے کے لئے پارہ کی آمیزش ضروری تصور کی گئی۔ کسی بھی دوا میں پارہ کا جزو شامل کرنے سے اصل دوا کی خاصیت اور افعال میں کئی گنا اضافہ ہو جاتا ہے۔ نیز اس کی مقدار خوراک بھی برائے نام ہوتی ہے۔ مثلاً ضعف معدہ اور ضعف ہاضمہ کے لئے لون بھاسکر چورن۔ یا ہنگواشٹک چورن کی خوراک چھ تا نو ماشہ مقرر ہے۔ مگر اس کے برعکس اپنی

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

نسخوں میں پارہ اور گندھک کی معقول مقدار داخل کرنے سے جو رس تیار ہوگا وہ اعلیٰ درجہ کی خصوصیت کا حامل ہوگا۔ اسکی خوراک بھی صرف چار رتی ہوگی جبکہ اس کے مقابلے میں چورن فی ماشہ تک دیا جاتا ہے۔ رس کی ایک کرامت یہ بھی ہے کہ چورن کے مقابلے میں بہت جلد ہضم ہو کر جزوِ بدن بن جاتا ہے۔ اس کی تاثیر میں حیرت انگیز طور پر اضافہ ہو جاتا ہے۔ آیورویدک کے نسخوں میں نباتاتی مفردات کے مرکبات ایک سال کے بعد اپنا اثر اور طاقت چھوڑ دیتے ہیں جبکہ پارہ کے ساتھ وہی مرکبات رسوں کی صورت میں ایک مدت تک اپنی تاثیر و طاقت برقرار رکھتے ہیں۔ علاوہ ازیں رس جتنے زیادہ پرانے ہوں گے اتنے ہی زیادہ کارآمد مفید اور منفعت بخش ثابت ہوں گے۔

پارہ بحد لطیف تر ہونے کے خاصے سے جسم کے ہر رگ و ریشہ میں سرایت کرنے کی پوری صلاحیت رکھتا ہے۔ اسی وجہ سے جن لاعلاج پیچیدہ امراض کا دفعیہ نباتاتی ادویات سے نہیں کیا جا سکتا حصولِ مدعا اور صحت و تندرستی کی غرض سے رسوں کو کام میں لایا جاتا ہے۔

ہدایات

(۱) رسوں میں جہاں بھی پارہ و گندھک جزوِ نسخہ ہوگا پارہ و گندھک کو کھرل کر کے کجلی تیار کریں۔ کجلی کو اس حد تک کھرل کرنا چاہیئے کہ اسکی چمک مر جائے۔ ازاں بعد باقی ادویات ڈال کر حسب ہدایت رس تیار کرنا چاہیئے۔

(۲) جہاں کہیں پارہ یا گندھک رس میں بلا کجلی ہدایت درج ہو وہاں اسلی

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

طریقہ سے شامل کرنا واجب ہے۔

(۳) اگر پارہ کو دوا میں شامل کرنے سے پہلے جس مرض کے علاج کا رس درکار ہو تو اسی مطلوبہ بوٹی کے رس یا کاڑھے کیساتھ کھرل کرنا مفید ہوتا ہے۔ مگر اس سے پہلے پارہ و گندھک کی کجلی ضرور بنانی چاہیئے۔ اس طرح تیار شدہ رس غایت درجہ پُر تاثیر اور منافع بخش ہوتا ہے۔

(۴) جہاں گولیاں بنانی درج ہوں وہاں گولیاں سایہ میں خشک کریں۔ بخوبی خشک ہونے پر ہی شیشی میں بند رکھیں ورنہ خراب ہونے کا اندیشہ ہے۔

(۵) رس بنانے کے لئے عمدہ اور نہ گھسنے والے پتھر کے کھرل کام میں لائیں۔ لوہے کے کھرل میں رس بنانے سے لوہے کا زنگ لگ جاتا ہے۔ لہذا اس امر کی خاص احتیاط لازم ہے۔

شودھن کے عام مشہور طریقے

ادویہ کا شودھن (یعنی مدبّر و مصفّیٰ) کرنا اس لئے ضروری ہوتا ہے کہ ادویہ میں سے گرد و غبار اور ناقص اثرات دور ہو جائیں۔ اس سے ادویہ کی طاقت میں بھی اضافہ ہو جاتا ہے۔ لہذا رسوں میں جہاں کہیں بھی مندرجہ ذیل مفردات کا ذکر ہو انہیں ہمیشہ شدھ کر کے ہی ڈالنا چاہیئے تاکہ رس رسائن کا صحیح اثر ہو۔ دوا کی کامیابی کا انحصار علی دبہتر اجزاء پر مبنی ہوتا ہے۔

مندرجہ ادویات یہ ہیں:۔ پارہ۔ گندھک۔ سنکھیا۔ ہڑتال۔ کچلہ۔ دھتورہ۔ میٹھا تیلیہ۔ سہاگہ۔ ہینگ۔ بھلانواں۔ دونت۔ گوگل۔ شلاجیت۔ بھنگ اور شنگرف۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

شودھن

پارہ شُدھ کرنے کا طریقہ۔ پارہ کو ترپھلا کے کاڑھے میں ایک روز تک کھرل کریں۔ بعد میں پانی سے دھو کر دوسرے روز دہی سے کھرل کریں۔ اسی طرح علی الترتیب پانچ روز ترپھلا کے کاڑھا میں اور پانچ روز آب لہسن (تھوم) میں۔ پانچ روز آب برگ پان میں کھرل کریں۔ اور ترش کانجی سے دھو کر صاف کریں۔

گندھک شُدھ کرنے کا طریقہ۔ لوہے کے کڑچھے میں گھی کا ڈال کر گرم کریں۔ اس میں ایک تولہ گندھک آملسار ڈالیں۔ پگھلنے پر اسے گائے کے دودھ میں ڈال دیں۔ پھر نکال کر پانی سے دھو ڈالیں۔ اسی طرح تین بار کے عمل سے گندھک عقیقی ہو جاتی ہے۔ آگ نرم ہونی چاہیئے ورنہ گندھک جل جائیگی۔

شنگرف شُدھ کرنے کا طریقہ۔ شنگرف رومی کو بھیڑ کے دودھ میں ایک ہفتہ اور بعد میں رس لیموں میں ایک ہفتہ کھرل کر کے پانی سے دھو ڈالیں۔ اور دھوپ میں خشک کریں۔

کجلی بنانے کا طریقہ۔ پارہ اور گندھک (شُدھ شدہ) برابر وزن کھرل میں ڈال کر رگڑیں۔ رگڑنے پر پارہ گندھک کے ساتھ مل کر سیاہ سفوف کی شکل میں تبدیل ہو جائے گا۔ دونوں کو اس

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

قدر رگڑیں کہ پارہ کی چمک ختم ہو جائے۔ بس کجلی تیار ہے۔ دسوں میں جہاں بھی کہیں پارہ و گندھک جزو نسخہ ہوں ان دونوں کو ہمیشہ پہلے کجلی بنانا ہی مقصود ہوتا ہے۔

جیپال شودھن (جمالگوٹہ مدبر کرنے کا طریقہ)

ترکیب:۔ جمالگوٹہ کے بیجوں کو چوبیس گھنٹے تک گائے کے گوبر میں بھگوئے رکھیں۔ پھر اوپر کے چھلکے کو اتار کر مغز نکالیں اور ان مغزوں کو لے کر سوا گنا دودھ میں بذریعہ ڈولا جنتر ابال کر پانی سے دھولیں۔ بعد میں مغز کے درمیان کا پتہ نکال کر دور کر دیں۔ اب اسے دھوپ میں خشک کر لیں۔ تیار ہے۔ احتیاط رہے کہ جمالگوٹہ آنکھوں کو نہ لگے۔ اگر اتفاقاً لگ جائے تو گھی لگائیں۔

بچھناک شودھن (میٹھا تیلیہ شُدھ کرنا)۔

ترکیب:۔ سفید یا سیاہ بچھناک کو ٹکڑے ٹکڑے کر کے چار گنا بکری کے دودھ میں تین گھنٹے تک ابالیں بعد ازاں پانی میں دھو کر دھوپ میں سکھالیں۔ شُدھ ہوگا۔

شناخت:۔ سوئی چبھونے پر اگر سوئی دوسری طرف نکل جائے تو یہ سمجھیں۔

کچلا شودھن (اذراقی مدبر کرنا)

ترکیب:۔ کچلہ کو سات دن تک گئو موتر میں بھگو رکھیں ہر روز گئو موتر بدلتے رہیں۔ بعد میں جب چھلکا نرم ہو تب چھلکے اتار دیں اور

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

اندر سے چھچھڑے بھی خارج کر دیں۔ اس کے بعد کچلہ کو سولہ گنا دودھ میں بذریعہ ڈولا جنتر پکائیں۔ جب دودھ ربڑی جیسا گاڑھا ہو جائے تب اتاریں اور پانی سے دھو ڈالیں اب برابر وزن دیسی گھی میں بھون لیں۔ کچلہ شدھ ہو جائے گا۔

احتیاط :۔ دودھ کو محفوظ جگہ ڈالیں تاکہ کوئی جانور پی کر نقصان نہ اٹھائے۔

بھلاواں شودھن (بلادر شدھ کرنا)

ترکیب :۔ پختہ بھلاوے جو پانی میں ڈالنے سے ڈوب جائیں اینٹ پر گھسنے سے شدھ ہوتے ہیں۔ اسے پاک و کرا (؟) میں ڈالا جاتا ہے۔

دیگر :۔ بھلاواں کو ایک کپڑے کی پوٹلی میں باندھ کر بھینس کے گوبر میں چار گنا پانی ملا کر ڈولا جنتر میں نرم آنچ دیں۔ بارہ گھنٹے کے بعد دوبارہ چار چار پہر گئو موتر اور گائے کے دودھ میں ابالیں۔ بعد میں بھلاوہ کو گرم پانی میں دھو کر سب کے اوپر کی ٹوپی کو احتیاط سے دور کر دیں۔ پھر بھلاواں کو تازہ پانی میں بارہ گھنٹے ابالنے سے بھلاواں چورن (سفوف) میں آمیزش کرنے کے قابل ہو جاتا ہے۔

دھتورہ شودھن (جوز ماثل مدبر کرنا)

ترکیب :۔ سیاہ دھتورہ کے پختہ بیج لے کر گئو موتر میں بارہ گھنٹے تک بھگوئے رکھیں۔ پھر خشک ہو جانے پر لکڑی کے ڈنڈے سے کوٹ کر چھلکوں کو جدا کر دیں۔ دھتورہ شدھ ہو جائے گا۔

بھنگ شودھن۔

ترکیب :۔ بھنگ کے پتے پانی میں ابالیں بعد میں نچوڑ کر خشک کریں اور کڑاہی میں ڈال کر تھوڑی سی حرارت دیں۔ بس بھنگ شدھ ہے۔

ہینگ شودھن (حلتیت مدبر کرنا)

ترکیب :۔ ہینگ گھی میں بھون کر شدھ کی جاتی ہے۔

سہاگہ شدھ کرنا۔

سہاگہ کو باریک پیس کر لوہے کے توے پر ڈال کر نیچے آگ جلائیں۔ سہاگہ کھیل (شگفتہ) ہو جائے گا۔ بس یہی سہاگہ شدھ ہے۔ اسے سہاگہ بریاں بھی کہتے ہیں۔

مسل شدھ کرنا۔

مسل کے سفوف کو موٹے کپڑے کی تھیلی میں بھر کر بکری کے پیشاب میں ڈولا جنتر سے تین گھنٹے تک پکائیں۔ بعد میں تین گھنٹے تک ہلدی کے کاڑھے میں بذریعہ ڈولا جنتر ابالیں ازاں بعد تین گھنٹہ ادرک کے رس میں کھرل کر کے خشک کر لیں۔ مسل شدھ ہو جائے گا۔

گوگل شدھ کرنا۔

ایک پاؤ ترپھلا میں چار سیر پانی ڈال کر اس کا کاڑھا تیار کریں۔ ایک سیر پانی رہنے پر چھان لیں اس کاڑھے کو دوبارہ کڑاہی میں ڈال کر آگ پر رکھیں اور ایک پاؤ گوگل لے کر کپڑے میں ڈال کر کڑاہی کے دونوں کنڈوں سے باندھ دیں۔ کڑاہی میں سے گرم گرم کاڑھا لے کر کپڑے میں پڑے گوگل پر ڈالتے رہیں اور ہلاتے جائیں۔ گوگل پگھل کر نیچے کڑاہی میں آجائے گا۔ کپڑے میں جو میل بچ جائے اسے ناکارہ سمجھ کر پھینک دیں۔ نیچے کڑاہی میں گوگل اور ترپھلا کا گھول برآمد ہوگا۔ بس اسے نتھاریں۔ اسے گاڑھا کر کے خشک کر لیں۔ شدھ ہوگا۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana
https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

رسونت بنانیکی ترکیب

۔ دارھلدی سبز لے کر چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کر لیں۔ پھر انہیں کوٹ کر سولہ گنا پانی میں ڈال کر پکائیں۔ جب آٹھواں حصہ بقایا رہ جائے تو اسے چھان کر برابر وزن گائے کا دودھ ڈالیں اور آگ پر پکائیں۔ جب قوام مثل کھویا ہو جائے تب اتار کر پتوں کے ڈونوں میں بھر لیں۔ اور دھوپ میں خشک کر لیں۔ تیار ہے۔ رسونت مصفی خون ہے۔ امراض چشم میں عام استعمال ہوتا ہے۔ پھوڑے پھنسیوں اور زخموں کے لئے کارآمد ہوتا ہے۔ خونی امراض کے لئے سودمند ہے۔

نوٹ:۔ دودھ ڈالنے سے رسونت بس چار ماہ تک رہ سکتی ہے۔ لہذا بلا دودھ تیار کرنے سے عرصہ تک خراب نہیں ہوتی۔

رسونت شدھ کرنا

۔ بازار میں جو رسونت ملتی ہے وہ مندرجہ بالا ترکیب سے تیار کی ہوئی نہیں ہوتی اس لئے وہ مصفی نہیں ہوتی اور اسے استعمال میں لانے کے لئے شدھ کرنی ضروری ہوتی ہے۔ بازاری رسونت کوٹ کر پانی میں بھگو دیں۔ دس بارہ گھنٹے کے بعد اسے مسل کر کپڑے میں چھان لیں۔ اوپر سے صاف پانی نتھار کر آگ پر گاڑھا کریں۔ احتیاط رہے کہ برتن کے نیچے کی گار مٹی وغیرہ اس کے ساتھ نہ آجائے۔ رسونت شدھ ہوگی۔ بازاری رسونت عموماً ناقص ہوتی ہے۔ دکاندار اس میں مٹی ریت کی ملاوٹ کر دیتے ہیں۔ لہذا اسے استعمال کرنے سے پہلے ہمیشہ صاف کر لینا چاہیئے تاکہ پورا اور صحیح فائدہ ہو۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

سلاجیت شدھ کرنا

۔ **ترکیب**:۔ آدھ سیر ترپھلا کوٹ کر ۲۴ سیر پانی میں پکائیں جب آٹھ سیر رہ جائے تب اتار کر چھان لیں۔ اس کاڑھے میں تین پاؤ سلاجیت پتھر ڈال کر ۲۴ گھنٹے تک بھگوئے رکھیں۔ بعد ازاں دوبارہ جوش دیں۔ اوپر سے صاف پانی نتھار کر آگ پر پکائیں۔ گاڑھا ہونے پر اتار لیں۔ شدھ اگنی تاپی سلاجیت تیار ہے۔

سلاجیت سوریہ تاپی بنانی ہو تو اسی پانی کو بجائے آگ کے تیز دھوپ میں رہنے دیں۔ خشک ہونے پر سوریہ تاپی سلاجیت تیار ہوگی جو بلحاظ فوائد اگنی تاپی سے کہیں زیادہ اعلیٰ ہوگی۔ احتیاط رہے کہ کھلی ہوا میں رکھنے سے کہیں گرد و غبار نہ پڑے۔ لہذا صاف شیشہ یا کپڑا وغیرہ اوپر بچھا دینا چاہیئے۔ تاکہ احتیاط رہے۔

نوٹ:۔ سنکھیا و ہڑتال شودھن کا طریقہ کشتہ جات کے ضمن میں درج ہے۔

اگنی کمار رس (رسیندر سار)

اجزاء:۔ شدھ پارہ، شدھ گندھک، شدھ سہاگہ (بریاں) ایک ایک تولہ۔ میٹھا تیلیہ شدھ تین تولہ۔ کشتہ سنکھ دو تولہ۔ کشتہ کوڑی (خرمہرہ) دو تولہ۔ مرچ سیاہ آٹھ تولہ۔ تمام ادویات کوٹ چھان کر رس لیموں میں کھرل کر کے حب بقدر رتی رتی بنا لیں۔

خوراک:۔ ایک گولی صبح ایک گولی شام ہمراہ عرق سونف یا گرم پانی۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

فوائد:- ہاضمہ بڑھاتا ہے۔ بھوک زیادہ لگتی ہے۔ کھانے کی طرف رغبت پیدا ہوتی ہے سنگرہنی اور اسہال کو رفع کرتا ہے جنہیں کھانا ہضم نہ ہوتا ہو اُن کے لیے یہ رس تحفۂ نایاب ہے کیونکہ یہ رس آلاتِ انہضام کو خاطر خواہ تقویت پہنچا کر خوراک کو ہضم کرکے جزوِ بدن بناتا ہے۔
یہ معدہ کی چاروں قوتوں جاذبہ، ماسکہ، ہاضمہ اور دافعہ کو طاقت دیتا ہے۔

اگنی تنڈی رس (ہیضہ رتناولی)

اجزاء:- پارہ شدہ۔ گندھک شدہ۔ میٹھا تیلیہ شدہ۔ ترپھلا۔ اجوائن دیسی۔ سجی کھار۔ جوکھار۔ چترا۔ زیرہ سیاہ۔ نمک پانچوں۔ تنکار (سہاگہ) شدہ ہموزن لیکر کوٹ پیس کر رس لیموں میں کھرل کرکے حبوب بقدر مرچ سیاہ بنالیں۔

خوراک:- ایک گولی صبح ایک گولی شام ہمراہ عرق سونف یا گرم پانی۔

فوائد:- ہاضمہ کی حرارت کو تیز کرتا ہے۔ بھوک لگاتا ہے۔ غذا میں رغبت پیدا کرتا ہے پیٹ سے ہوا کو خارج کرتا ہے۔ قوتِ باہ کو بھی نفع دیتا ہے امراضِ معدہ میں بھی مجرب ہے۔

آنند بھیرو رس (رسیندرسار)

اجزاء:- شدہ گندھک۔ شدہ میٹھا تیلیہ۔ منگشٹا۔ شدہ سہاگہ۔ شدہ گندھک مساوی الوزن لے کر رس لیموں میں کھرل کریں اور حبوب بقدر

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

ایک رتی بنالیں۔

خوراک:- ایک سے دو گولی عرق گاؤزبان یا شہد سے دیں۔

فوائد:- وہ بخار جس میں درد ہوتے ہوں اور جسم ٹوٹتا ہو، بخار میں اسہال آتے ہوں بیحد زود اثر ہے۔ جسمانی کسلمندی اور بخار ہر قسم کے لئے بے نظیر دوا ہے۔ اسہال کو بند کرتا ہے۔

اشٹو کنچکی رس (رس راج سندر)

اجزاء:- پارہ شدہ۔ گندھک شدہ۔ میٹھا تیلیہ شدہ۔ سہاگہ بریاں ہڑتال شدہ۔ ہڑ۔ بہیڑہ۔ آملہ۔ مرچ سیاہ۔ گھاں۔ سونٹھ۔ جمالگوٹہ شدہ برابر وزن

ترکیب:- مندرجہ بالا ادویہ کو رس بھنگرہ میں اکیس یوم کھرل کرکے گولیاں بقدر ایک ایک رتی تیار کریں۔

نوٹ:- اس رس کو بھنگرہ کے رس کیساتھ جتنی زیادہ مدت تک کھرل کیا جائے گا اُتنا ہی زیادہ زود اثر اور سریع التاثیر ہوتا جائے گا۔ بھنگرہ کے رس سے جمالگوٹہ کی حدت کم ہو جاتی ہے۔ اس وجہ سے جمالگوٹہ کے اثراتِ بد یعنی سوزش۔ جلن۔ قے۔ غشی وغیرہ کا ازالہ ہو جاتا ہے نیز ہڑتال ورتیہ کی حدت بھی کم ہو جاتی ہے اور اس کے فائدے ظاہر ہو جاتے ہیں۔

خوراک:- ایک تا چار گولی ہمراہ سادہ پانی۔

فوائد:- اسے گھوڑا چولی بھی کہتے ہیں۔ بطور مسہل دیجاتی ہے جبکہ بخار کی ابتدا ہو۔ اس سے معدہ اور انتڑیاں صاف ہو جاتی ہیں۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

کھرل کرکے رتی رتی کی گولیاں بنالیں

خوراک :۔ ایک سے چار گولی ہمراہ عرق سونف یا گرم پانی دن میں چار بار دیں۔

فوائد :۔ نظام ہضم کی اصلاح کرتی ہے پرانے دستوں، پیچش، بخار، درد پیٹ، اپھارہ، بھوک نہ لگنا، معدہ و انتڑیوں کے امراض وغیرہ میں نفع کثیر کرتی ہے نئے تجربوں کے مطابق یہ دوا انفلوئنزا اور تپ محرقہ میں بھی کامیاب ثابت ہوئی ہے۔

سروجور ہرلوہ (رسیندر سار سنگرہ)

اجزاء :۔ چترک، ہرڑ، بہیڑہ، آملہ، سونٹھ، مرچ سیاہ، مگھاں، بابڑنگ، ناگرموتھا، گج پیپل، پیلامول، خس، دیودارو، چرائتہ، پاٹھا، کٹکی، کنڈیاری، تخم سہانجنہ، ملٹھی، کچنار کی چھال، ہر ایک ایک تولہ، کشتہ فولاد بیس تولہ۔

ترکیب ساختنی :۔ تمام مطلوبہ ادویہ کو کوٹ چھان کر باہم ملائیں اور پانی سادہ شامل کرکے کھرل کریں۔ بعدہٗ حسب ہذا دو دو رتی کی گولیاں تیار کریں۔

خوراک :۔ ایک گولی گرم دودھ پانی یا شہد کیساتھ۔

فوائد :۔ ہر قسم کے بخاروں کے لئے لاجواب ہے۔ سردی، لرزہ، تشنگی (پیاس کی زیادتی) سر چکرانا، پسینہ آنا، دست، رکت پت، ضعف ہضم، جگر تلی کا بڑھنا، یرقان، سنگرہنی، تپ دق میں نفع کثیر کرتا ہے۔ ویرج کو بڑھاتا ہے کمزور دلاغر جسم کو موٹا تازہ بناتا ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

شواس کٹھار رس (یوگ رتناکر)

اجزاء :۔ پارہ شدہ، گندھک شدہ، میٹھا تیلیہ شدہ، سہاگہ بریاں، مینسل شدہ ایک ایک تولہ، مرچ سیاہ آٹھ تولہ۔

ترکیب :۔ گندھک اور پارہ کی کجلی تیار کریں۔ بعد میں میٹھا تیلیہ، سہاگہ، مرچ سیاہ یکے بعد دیگرے ملائیں۔ مرچ ایک ایک کرکے ڈالتے رہیں۔ اور کھرل کرتے رہیں۔ بعد میں سونٹھ، مرچ سیاہ اور مگھاں ایک ایک تولہ باریک سفوف کرکے شامل کریں۔

خوراک :۔ ایک سے دو رتی ادرک کے رس کیساتھ دن میں دو بار دیں۔

فوائد :۔ یہ رسائن کھانسی، دمہ، ضعف معدہ کے لئے نفع بخش ہے غشی، بیہوشی میں بعض سونگھانے سے ہی نفع ہوتا ہے۔ درد شقیقہ (آدھا سیسی کا درد) میں بھی مفید ہے۔ شواس کٹھار رس کھانسی (رطبی) کے لئے اکسیر ترین رسائن ہے۔

شرنگارابرک (رسیندر سار)

اجزاء :۔ کشتہ ابرک سیاہ آٹھ تولہ، کپور (کشک کافور) سگندھ بالا، جاوتری، گج پیپل، تیزپات، لونگ، جٹاماسی، تالیس پتر، دارچینی، ناگ کیسر، پوکھر مول، گل دھاوا ہر ایک چھ چھ ماشہ، ہرڑ، بہیڑہ، آملہ، سونٹھ، مگھاں، مرچ سیاہ، ہر ایک تین تین ماشہ۔ الائچی، جائفل ایک ایک تولہ، گندھک شدہ ایک تولہ، پارہ شدہ نصف تولہ۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

ترکیب :- اوّل پارہ و گندھک کی کجلی تیار کریں۔ بعد میں باقی ماندہ ادویہ کی آمیزش کرکے پانی کی مدد سے چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔

خوراک :- چار گولی صبح ادرک کے رس کیساتھ دیں۔

فوائد :- ابتدائی تپدق، دمہ، سانس کی تنگی، بخار کھانسی کے لئے مفید ہے۔ پرانے بخاروں جبکہ کھانسی کی شدت ہو اور اس کے باعث مریض کو بے چینی اور تکلیف محسوس ہوتی ہو بلغم خارج ہونے میں دشواری پیش آنے سے مریض کا کھانستے کھانستے دم پھول جاتا ہے ایسی حالت میں شرنگار ابرک خاص اثر دکھاتا ہے۔ کھانسی کو کم کرکے بلغم خارج کر دیتا ہے۔ جس سے سانس لینے میں آسانی ہو جاتی ہے اور مریض راحت و سکون پانے لگتا ہے۔

پہلے درجہ کے تپدق میں کھانسی کو کم کرکے بخار کو دُور کرتا ہے۔ بھوک بڑھاتا ہے اور خوراک میں رغبت پیدا کرتا ہے۔ دمہ کے عارضے میں سانس کی نالیوں میں سرسراہٹ (خشکی کی وجہ سے بلغم جم جاتی ہے۔ تب اس رس کا استعمال بلغم کو آسانی سے خارج کر دیتا ہے۔ بلغمی جھلیوں کو صاف کرکے تسکین دیتا ہے۔

شرنگار ابرک بخاروں کو بھی روکتا ہے۔

کف کیتو رس (بھیشج رتناولی)

اجزا :- میٹھا تیلیہ شدھ، سہاگہ، مگھاں، کشتہ شنکھ برابر وزن لے کر

ترکیب :- باریک کرلیں اور ادرک کے رس میں کھرل کرکے گولیاں بقدر ایک رتی بنالیں۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

خوراک :- ایک گولی صبح دوپہر اور شام ہمراہ شہد یا سادہ پانی دیں۔

فوائد :- اس رس میں گو پارہ کی آمیزش نہیں تاہم پارہ کے رسوں کی مانند زُود اثر ہونے کے باعث اس کے نام کیساتھ رس لکھا جاتا ہے۔ یہ رس گلے کی خرخری ناک میں جلن کے سبب ناک سے پتلی رطوبت کا خارج ہوتے رہنا۔ ایسے زکام کی حالت میں یہ رس اپنا کمال دکھاتا ہے۔ اس مطلب کے لئے ایک گولی پان میں رکھ کر چوسیں۔ بلغمی کھانسی کے لئے مفید ہے۔ سینے کو بلغم (کف) سے پاک کرتا ہے۔ نزلہ زکام دُور کرتا ہے۔

کرپور رس (بھیشج رتناولی)

اجزا :- افیون خالص، شنگرف شدھ، موتھاں، جائفل، کافور۔ برابر وزن لے کر باریک کرلیں اور سادہ پانی کیساتھ کھرل کرکے رتی رتی کی گولیاں تیار کریں۔

خوراک :- ایک گولی ہمراہ عرق سونف یا چاولوں کے دھوون کے دن میں تین بار دیں۔

فوائد :- مُطاری (رپت) دستوں کی لاثانی دوا ہے۔ خونی دستوں، ہیضہ اور سنگرہنی کے لئے شفا بخش ہے

نوٹ :- اگر دوا کے استعمال سے اپھارہ محسوس ہو تو سونف پانی میں جوش دیکر پلائیں۔ اپھارہ خارج ہو جائیگا۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

کستوری بھیرو رس بریت (ریچنج رتناولی)

اجزاء: کستوری نیپالی۔ کشتہ سونا۔ کشتہ موتی۔ کشتہ چاندی۔ کشتہ ابرک سیاہ کشتہ فولاد۔ کشتہ مرجان۔ کشتہ تانبہ۔ خشک کافور۔ گگل دھاوا۔ تخم کرنج۔ پانھا۔ بابڑنگ سونٹھ سونٹھ۔ خشک بالا۔ ہرتال ورقیہ شدہ۔ آملہ۔

سبکو ہموزن لیکر برگ مدار (آک کے پتے) کے رس میں کھرل کرکے ایک ایک رتی کی گولیاں بنالیں۔ تیاری کے دوران کستوری کو دیگر ادویات رگڑنے کے بعد شامل کرنا چاہیئے۔ گولیوں کو بجائے دھوپ، سایہ میں خشک کریں۔ تاکہ کستوری کے اثرات زائل نہ ہوں۔

خوراک: ایک گولی ہمراہ شہد۔ پان کے پتے۔ یا ادرک کا رس حسب ضرورت یا حسب تجویز۔

فوائد: کستوری و کشتہ سونا کا یہ بیش قیمت مرکب دل و دماغ کو طاقت دینے کے لئے اپنی خاص اہمیت رکھتا ہے۔ بلغمی امراض میں مفید ہے۔ نمونیہ، پسلی میں درد، سانس کی تنگی وغیرہ علامات میں یہ رس اکسیر ہے۔

نمونیہ میں پھیپھڑے کم ہو جانے پر دل کی کمزوری محسوس کرنے اور ہاتھ پاؤں سرد ہو جانے پر فوراً اثر کرتا ہے۔ بخاروں کے زہریلے اثرات زیادہ مقدار میں خون میں مل جانے سے دماغ پر اثر پڑتا ہے۔ اور دماغ پر اس کا بُرا اثر یوں پڑتا ہے کہ مریض بکواس کرنے لگ جاتا ہے۔ اور حواس کھو بیٹھتا ہے۔ اس خطرناک حالت میں یہ قیمتی رس از حد فائدہ پہنچاتا ہے۔

دل ڈوبنے یا گھبرانے کی شکایت ہو تب یہ رس حلق سے اترتے ہی اپنا مفید اثر دکھانا شروع کر دیتا ہے۔ یہ رس فوراً خون میں حل ہو کر دل کی گھبراہٹ اور دماغی خلل کو دُرست کرتا ہے۔

کاپخنار گوگل (شارنگدھر)

اجزاء: پوست درخت کچنار نصف سیر۔ ترپھلا چوبیس تولہ۔ ترکٹہ بارہ تولہ۔ پوست درخت برنا چار تولہ۔ الائچی خورد۔ تیزپات۔ دارچینی ہر ایک ایک تولہ۔ تمام ادویہ کوٹ چھان کر گوگل شدہ ایک سیر میں ملاکر یکجان کریں اور ہاتھوں میں گھی چپڑ کر گولیاں چار چار رتی تیار کریں۔

خوراک: ایک گولی ہمراہ جوشاندہ منڈی۔ کچنار، کھیر یا جوشاندہ ہلیلہ یا محض گرم پانی سے دیں۔

فوائد: جسم سے خنازیری مادے کو خارج کرتا ہے۔ کنٹھ مالا۔ جذام۔ بھگندر اور کن پیڑے دُور کرتا ہے۔

خون میں فاسد مادہ ہونے سے کوڑھ پیدا ہو جاتا ہے۔ جلد پھٹنے لگتی ہے اور جسم پر جابجا زخم نکلنے شروع ہو جاتے ہیں۔ نیز گنٹھیاں نکلنے سے گلے کو سخت تکلیف ہوتی ہے اس حالت میں کاپخنار گوگل سب سے پہلے خون کو خاص عمل سے صاف کرتی ہے۔ پھر زہریلے مادے کو خارج کر دیتی ہے۔ کنٹھ مالا یعنی گنٹھیاں کا سب سے اعلیٰ اور مؤثر علاج کاپخنار گوگل کا استعمال کرنا ہے۔ یہ گوگل ہر قسم کے پھوڑوں کے علاوہ خاص کر بھگندر کے لئے مفید ہے۔

کھدرادی وٹی (درند)

اجزاء: کتھہ دس تولہ۔ کافور۔ سپاری تیلیہ۔ جائفل۔ سردچینی۔ الائچی خورد

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

ترکیب: دو دو تولہ سب کو کوٹ کر پانی میں گھوٹ کر ایک ایک رتی کی گولیاں بنالیں۔

خوراک: ایک سے پانچ گولی تک منہ میں رکھ کر چوسیں۔

فوائد: یہ گولیاں زبان و منہ کے چھالے (قلاع) آواز کا بیٹھنا، کھانسی، خرخراہٹ کو مفید ہیں۔ گلے کو صاف کرتی ہیں۔

کامنی وِدراون رس (بھیشج رتناولی)

اجزاء: ہینگ شدہ چھ ماشہ۔ گندھک شدہ چھ ماشہ۔ افیون خالص آٹھ تولہ کیسر کشمیری۔ جائفل۔ عقرقرحہ۔ جاوتری۔ مرچ سیاہ۔ لونگ۔ سونٹھ۔ چندن سرخ دو دو تولہ۔

ترکیب ساختنی: اول ہینگ، گندھک اور افیون کو باہم ملائیں اور باقیماندہ مفردات کا سفوف بنا کر سب کو پانی یا پان کے رس میں چھ گھنٹے تک کھرل کریں اور گولیاں بقدر ایک ایک رتی تیار کریں۔

خوراک: ایک گولی شام کو دودھ کے ساتھ دیں۔

فوائد: یہ رسائن ویرج کا پتلا پن دور کر کے گاڑھا کرتی ہے اور ویرج کی تمام خرابیوں کی اصلاح کرتی ہے۔ ویرج کو مضبوط بناتی ہے۔ ضعف معدہ کو رفع کرتی ہے۔ قوت امساک (ریٹینشن RETENTION) غضب کی عطا کرتی ہے۔ سرعت انزال کا قلع قمع کرنے میں لاجواب ہے۔ اس میں افیون کا جزو ہونے کی وجہ سے اس کو لگاتار زیادہ دیر استعمال نہ کرنا چاہیئے۔ کیونکہ اس سے افیون کے نشہ کی عادت ہو

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

جانے کا اندیشہ ہے۔

کرمی کٹھار رس (نگھنٹو رتناکر)

اجزاء: کچور آٹھ تولہ۔ اندرجو۔ ترکمان۔ اجمود۔ بابڑنگ۔ شنگرف شدہ۔ میٹھا تیلیہ شدہ۔ ناگ کیسر ایک ایک تولہ۔

ترکیب: سب کو بھنگ کے رس میں چھ گھنٹے تک کھرل کر کے خشک کریں اب اس کے برابر وزن بیج پلاس کا سفوف ملا دیں۔ اور رس برہمی کی بھاونا دے کر ایک ایک رتی کی گولیاں بنالیں۔

خوراک: ایک سے تین گولی ہمراہ شہد۔

فوائد: گول اور لمبے کرموں کو چھوڑ کر پیٹ کے ہر قسم کے کیڑوں کو ہلاک کرتا ہے۔ پیٹ کے کیڑوں کے سبب ہضم خراب ہو اور درد رہتا ہو یا یرقان ہو ان سب کے لئے مفید ہے۔

نوٹ: آیوروید کے مطابق پیٹ کے کیڑوں کی اقسام بیس (۲۰) ہیں۔ یہ رسائن تمام کیڑوں کو فی الفور ختم کر دیتی ہے۔

گرہنی کپاٹ رس (بھیشج رتناولی)

اجزاء: پارہ شدہ۔ گندھک شدہ۔ جائفل۔ لونگ ہر ایک تین ماشہ۔

اول پارہ و گندھک کی کجلی تیار کریں۔ ازاں بعد دیگر ادویہ باریک کر کے شامل کریں اور رس برگ سورج مکھی میں کھرل کریں۔ اس کے بعد رس برگ بھنگ اور رس

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

برگ سنگی میں کھرل کریں۔
آخر میں دو دو رتی کی گولیاں بنا کر تیز دھوپ میں خشک کریں۔

خوراک:- ایک رتی تا دو رتی ہمراہ پانی یا لسی دہی۔

فوائد:- سنگرہنی۔ اسہال (دست) اسوجن اور بخار وغیرہ کو رفع کرتا ہے سنگرہنی کے لئے تو تریاق سے کم نہیں۔ دوران استعمال دہی کا استعمال زیادہ کرائیں۔

گندھک وٹی (رس راج سندر)

اجزاء:- گندھک شدہ دو تولہ۔ جڑ چترا۔ مگھاں۔ مرچ سیاہ ہر ایک ایک تولہ سونٹھ دو تولہ۔ جو کھار۔ نمک سیندھا۔ نمک سیاہ۔ نمک سانبھر چھ چھ ماشہ۔

ترکیب:- تمام ادویہ کوٹ چھان کر رس لیموں میں دو دو رتی کی گولیاں بنائیں۔

خوراک:- ایک سے چار گولی بعد از غذا دو گھنٹہ یا حسب ضرورت۔

فوائد:- حرارت ہاضمہ کو تیز کرتی ہے۔ بھوک سے نفرت۔ پیٹ کے کیڑے۔ اپھارہ۔ سنگرہنی۔ تبخیر معدہ (معدہ سے بخارات اوپر اٹھنا) کے لئے مفید ہے۔ قوت معدہ بڑھاتی ہے جس سے غذا جلد ہضم ہونے لگتی ہے۔

گربھپال رس (رس چنڈانشو)

اجزاء:- شنگرف شدہ۔ کشتہ سیسہ۔ کشتہ قلعی۔ ترجات (دار چینی۔ تیز پات الائچی) ترکٹ (سونٹھ۔ مرچ سیاہ۔ مگھاں) دھنیا۔ زیرہ سیاہ۔ چب۔ مویز منقیٰ دیو دارو۔ مذکورہ چودہ ادویات ایک ایک تولہ۔ کشتہ فولاد چھ ماشہ۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

سیکو سفید ہو جانے تک رس میں سات دن تک کھرل کریں۔ بعد میں بقدر مسور گولیاں بنالیں۔

خوراک:- ایک تا دو گولی مویز منقیٰ کے پانی کے ساتھ دن میں دو بار دیں۔

فوائد:- یہ رسائن جیسا کہ نام سے ظاہر ہے حمل کی حفاظت کرتی ہے رحم کو قابل استقرار بناتی ہے۔ جن عورتوں کو اٹھرا کا مرض ہو۔ حمل بار بار ساقط ہو جاتا ہو (یعنی گربھ گر جانے کی عام شکایت ہو) یا حمل کے اسقاط کا خدشہ ہو۔ رحم (گربھاشیہ) کمزور ہو تب یہ رسائن اپنا معجزہ دکھاتی ہے۔ حاملہ عورت کے دست۔ بخار۔ سیلان۔ کمزوری معدہ کی کمزوری۔ درد شکم۔ درد پہلو وغیرہ کو رفع کرتی ہے۔ حمل کو مضبوط بناتی ہے۔
آتشک یا سوزاک کے سبب بھی حمل ساقط ہونے کا ڈر رہتا ہے۔ اس مطلب کے لئے اول مصفی خون دوائیں تاکہ خون کا زہریلا پن اور نقص دور ہو جائے۔ اس کے بعد یہ رسائن دیں فائدہ ہوگا۔

گنگادھر رس (رس راج سندر)

اجزاء:- شدہ پارہ۔ شدھ گندھک۔ افیون عمدہ۔ ناگرموتھا۔ اندر جو۔ موچرس۔ گل دھاوا۔ لودھ پٹھانی برابر وزن پیس کر پانی میں رگڑ کر گولیاں بقدر رتی رتی بنالیں۔

خوراک:- ڈیڑھ رتی تا تین رتی ہمراہ چھاچھ یا عرق سونف۔

فوائد:- مزمن پیچش اور اسہال میں نفع کرتا ہے۔ پاخانے کے ساتھ خون یا آؤں آتی ہو زور اور تپنک کے ساتھ صحت دیتا ہے۔ یہ رس صرف پیچش اور اسہال مزمنہ ...

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

لکشمی ولاس رس (رس راج سندر)

اجزاء :- کشتہ ابرک چار تولہ، رس سندور دو تولہ، گندھک شدھ ایک تولہ، مشک کافور، جائفل، جاوتری، بیج بدھارا، تخم دھتورہ شدھ، بداری قند، ستاور، ناگ بلا، کنگھی، گوکھرو، سمندر پھل ایک ایک تولہ۔ ان سب کو کوٹ چھان کر پان کے رس میں کھرل کرکے ایک ایک رتی کی گولی بنالیں۔

خوراک :- ایک تا دو گولی ہمراہ دودھ، شراب یا شہد وغیرہ۔ دن میں تین بار۔

فوائد :- یہ رسائن اٹھارہ قسم کے کوڑھ، بیس (۲۰) قسم کے جریان منی، ناسور، امراض مقعد، بھگندر، کان اور ناک کے امراض، دست، تپدق کو دور کرتا ہے۔

بلغمی امراض کو ازحد فائدہ دیتا ہے۔ بلغمی کھانسی، نزلہ زکام اور دمہ میں اکسیر ہے۔ بلغم پیدا نہیں ہونے دیتا۔ اس سے دمہ کو نفع ملتا ہے۔ بلغم بننے کا سبب یہ ہے کہ خوراک اچھی ہضم نہیں ہوتی، جس کے باعث جسم کو اچھی غذائیت بھی نہیں ملتی اور بلغم زیادہ پیدا ہونے لگتی ہے۔ مگر یہ رسائن معدہ کی چاروں قوتوں (جاذبہ، ماسکہ، دافعہ اور ہاضمہ) کو طاقتور بناتا ہے۔ غذا جلد ہضم ہونے لگتی ہے۔ بھوک بھی لگنے لگتی ہے۔

انفلوئنزا میں بھی فائدہ کرتی ہے۔ یہ اکسیر ضعف باہ اور نامردی کو دور کرکے امساک پیدا کرتی ہے۔ مشہور آیورویدک رسائن ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

لوکناتھ رس (شارنگدھر)

اجزاء :- پارہ، گندھک دو دو تولہ لیکر کجلی بنالیں اور زرد کوڑیوں میں بھر لیں۔ جو وزن میں سولہ تولہ ہوں۔ بعد میں سہاگہ دو تولہ شیر گاؤ میں ملاکر کوڑیوں کے منہ پر لگاکر منہ بند کردیں اور شنکھ کے ٹکڑے ۳۲ تولہ لے کر دو پیالوں میں شنکھ کے ٹکڑے نیچے اوپر کرکے درمیان میں کوڑیاں مذکورہ رکھ دیں اور گل حکمت کرکے گج پٹ کی آگ دیں۔ سرد ہونے پر باریک پیس لیں۔

خوراک :- ایک رتی یا دو رتی ہمراہ شہد، مرچ سیاہ، گھی، مکھن یا دیگر مناسب بدرقہ۔

فوائد :- لوکناتھ رس پیٹ کے امراض مثلاً پیٹ میں ہلکا ہلکا درد ہوکر پاخانہ کی حاجت رہتی ہو، فائدہ کرتا ہے۔ پرانی کھانسی، تپدق اور بالخصوص آنتوں کے تپدق کے لئے اکسیر ہے۔ پرانے دست اور پیچش کو ہٹاتا ہے۔

یہ رس معدہ و جگر کو طاقت دیتا ہے۔ بھوک لگا کر خوراک میں رغبت پیدا کرتا ہے۔ کیلشیم کی موجودگی کی وجہ سے یہ رس خون کو گاڑھا کرکے بلغم کم پیدا کرتا ہے نیز بلغمی کھانسی، نزلہ اور زکام میں بھی فائدہ مند ہے۔

لونگ آدی وٹی (ویدجیون)

اجزاء :- لونگ، مرچ سیاہ، ہرڑ، بہیڑہ مساوی الوزن لے کر ان کے مساوی کتھ کوٹ کر چھان لیں اور کاڑھا پوست کیکر میں کھرل کرکے گولیاں نخودی بنالیں۔

خوراک :- حسب ضرورت ایک گولی چوسیں۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

فوائد :- گلے کو بلغم سے پاک صاف کرتی ہے۔ خشونت رفع ہوتی ہے۔ بلغمی کھانسی اور بدہضمی کے واسطے تیر بہدف دوا ہے۔

لوہ پرپٹی (بھیشج رتناولی)

اجزاء :- پارہ شدھ۔ گندھک شدھ۔ کشتہ فولاد ہر سہ ہم وزن لیں۔

ترکیب :- پارہ و گندھک کی کجلی کریں اور کشتہ فولاد شامل کر کے بطریق پرپٹی تیار کریں۔

خوراک :- ایک سے چھ رتی تک دن میں تین بار زیرہ کے سفوف کیساتھ

فوائد :- یہ پرپٹی سنگرہنی۔ اسہال (دست) یرقان۔ درد شکم۔ درد جگر تلی و جگر کا بڑھنا۔ معدہ کی سردی و کمزوری۔ سوزش معدہ وغیرہ میں مفید ہے۔ اس پرپٹی میں رس پرپٹی کے ساتھ کشتہ فولاد کی آمیزش ہے۔ لہذا خون میں سرخ ذرات پیدا کرتی ہے جو جسم و چہرے کی سرخی کا باعث ہیں۔ تازہ خون پیدا کرتی ہے۔

مہا یوگ راج گوگل (شارنگدھر)

اجزاء :- سونٹھ۔ پیپلی۔ چویہ۔ پیپلا مول۔ چترا۔ ہینگ بریاں۔ اجمود۔ سرسوں۔ زیرہ سفید۔ زیرہ سیاہ۔ رینوکا۔ اندرجو۔ پاٹھا۔ بابڑنگ۔ گج پیپل۔ کٹکی۔ اتیس۔ بھارنگی۔ وچ۔ مُروا۔ ہر ایک ۳ ۔ ۳ ماشہ۔ ترپھلا دس تولہ۔ گوگل پندرہ تولہ۔ کشتہ قلعی کشتہ چاندی۔ کشتہ سیسہ۔ کشتہ فولاد۔ کشتہ ابرک سیاہ۔ کشتہ منڈور۔ رس سیندور۔ ہر ایک چار چار تولہ ——— اول تمام نباتاتی ادویہ کو کوٹ چھان کر بعد

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

میں کشتہ جات ملا دیں۔ اور گوگل شامل کر کے بڑے ہاون دستہ میں اس قدر کوٹیں کہ مانند موم ہو جائے۔ ہاون اور دستہ دونوں کو گھی لگاتے رہیں۔ اگر سوا لاکھ چوٹ شمار کر کے لگوائیں تو بہتر گوگل تیار ہو (دو آدمی مل کر ۵ ایوم میں سوا لاکھ چوٹ لگا سکتے ہیں) جب خوب یکجان ہو تب گولیاں بقدر چار رتی تیار کریں۔

خوراک :- ایک گولی صبح ایک گولی شام ہمراہ گھی نصف چھٹانک یا جوشاندہ گلو۔ دیودار۔ سونٹھ۔ دارہلدی۔

فوائد :- امراض ریحی میں جب خفیف درد سے آتا ہو یا جوڑوں میں درد سوزش ہو۔ رعشہ۔ ادھرنگ۔ فالج۔ لقوہ۔ باؤگولہ۔ بواسیر۔ اپھارہ۔ نقرس۔ جریان ہر قسم اور امراض جگر میں نفع کرتا ہے۔ قوت ہاضمہ بڑھاتا ہے۔ منی کی اصلاح کرتا ہے۔
اگر دوران استعمال ہفتہ میں ایک یا دو بار کسٹرائیل دیں تو بہت مفید ثابت ہوگا۔ بالخصوص رحم کے درد وغیرہ کو بہت نافع ہے۔

مہا شنکھ وٹی (بھیشج رتناولی)

اجزاء :- کشتہ سنکھ۔ نمک پانچوں۔ املی کھار۔ ترکٹا۔ ہینگ۔ کشتہ فولاد۔ کشتہ قلعی۔ میٹھا تیلیہ شدھ۔ گندھک شدھ۔ پارہ شدھ۔ برابر وزن لیں۔

ترکیب :- مذکورہ بالا کو باہم ملا کر اپامارگ اور چترک کے کاڑھے کی بھاونا دیں۔ بعد میں رس لیموں کی بھاونا دیں۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

خوراک :- دو رتی نیم گرم پانی کے ساتھ دیں۔ اسے علی الصبح بعد از غذا استعمال کرانا چاہیئے۔

فوائد :- ہیضہ۔ دست۔ قے۔ درد شکم۔ یرقان۔ وات رکت میں مفید ہے۔ حرارت ہاضمہ کو تیز کرتی ہے جس سے خوب بھوک لگنے لگتی ہے۔ اور غذا ہضم ہو کر جزو بدن بنتی ہے۔ پیٹ اور انتڑیوں سے ہوا کو خارج کرتی ہے۔ اپھارہ و پیٹ کے تناؤ کو مٹاتی ہے۔ باؤ گولہ دفع کرتی ہے۔

سہاگ گندھک رس (رسیندر سار سنگرہ)

اجزاء :- پارہ شدھ۔ گندھک شدھ ایک ایک تولہ۔ جائفل۔ جاوتری لونگ نیم کے پتوں کا سفوف۔ برگ سنبھالو۔ تخم الائچی۔ ایک ایک تولہ

ترکیب :- اول پارہ گندھک کی کجلی کر کے پرپٹی بنائیں۔ بعد ازاں بقایا ادویہ کا سفوف ملا کر پانی کی مدد سے پیس کر سیپ میں بھریں۔ اوپر دوسرا سیپ رکھ کر گل حکمت کریں۔ سات آٹھ اپلوں کی آنچ دے کر نکالیں۔ جب گندھک کی بو نکلنے لگے تب نکال کر پیس لیں۔ سہاگ گندھک رس تیار ہے۔

خوراک :- ایک سے چار رتی ماں کے دودھ یا شہد وغیرہ کے ساتھ۔

نوٹ :- بچوں کو نصف تا ایک رتی دیں۔

فوائد :- امراض بچگان کے لئے نعمت غیر مترقبہ ہے۔ بخار۔ کھانسی۔ دست مروڑ۔ بدہضمی کے لئے لاثانی ہے۔ ہاضمہ کو تیز کر کے بھوک لگاتا ہے۔ وضع حمل کے بعد پرسوتی بخار اور دستوں میں بھی فائدہ کرتا ہے۔ سوکھا مسان

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

(دق الاطفال یعنی سوکڑا) میں عجیب صفت ہے۔

مرتنجیہ رس (رسیندر سار)

اجزاء :- شدھ میٹھا تیلیہ۔ مرچ سیاہ۔ پیپلی۔ گندھک شدھ۔ سہاگہ ہر ایک ایک تولہ۔ شدھ شنگرف دو تولہ۔ تمام مفردات کو پانی کے ساتھ خوب کھرل کریں۔ چار روز کے بعد مونگ کے برابر گولیاں بنائیں۔ ایک سے دو گولی ہمراہ شہد یا پانی یا عرق گاؤزبان و سونف۔

فوائد :- یہ رس ہر بخار میں اکسیر ہے۔ چڑھتے ہوئے بخار کو کم کرتا ہے۔ پسینہ آور ہے۔ اترتے ہوئے بخار میں دینے سے بخار کو روکتا ہے۔ ملیریا میں اگر سردی زیادہ محسوس ہونے لگے تب ایک گولی دینے سے سردی دور ہو جاتی ہے۔ خوب پسینہ آنے سے بخار اتر جاتا ہے۔ الغرض یہ رس بخاروں کے لئے تریاق سے کم نہیں ہے۔

نوائس لوہ (شارنگدھر)

اجزاء :- ہرڑ۔ بہیڑہ۔ آملہ۔ سونٹھ۔ مرچ سیاہ۔ مگھاں۔ موتھا۔ بابڑنگ چترک ہر ایک ایک تولہ۔

کشتہ فولاد نو تولہ ملا کر سفوف بنا لیں۔

خوراک :- دو رتی سے چار رتی تک ہمراہ شہد، چھاچھ، دہی، گاؤ یا گئو موتر۔

فوائد :- یرقان۔ بجس (کمی خون) باؤ گولہ۔ جگر و تلی کا بڑھ جانا یا کمزور ہونا

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

ہاضمہ سست پڑنا۔ معدہ کا غذا ہضم نہ کرنا۔ بواسیر۔ کرم امعاء۔ بخار کے بعد بدن کی سوزش کے لئے اکسیر ہے۔ قوتِ ہاضمہ بڑھا کر خوراک کو جلد ہضم کرتا ہے۔ تازہ خون پیدا کرتا ہے۔

ناراچ رس (شارنگدھر)

اجزاء و ترکیب :- پارہ شدھ، سہاگہ شدھ، مرچ سیاہ ایک ایک تولہ۔ گندھک شدھ، مگھاں، سونٹھ دو دو تولہ۔ جمالگوٹہ شدھ نو تولہ۔ ان سب کو رگڑ کر دو دو رتی کی گولیاں بنائیں۔

خوراک :- ایک گولی تا دو گولی بوقت ضرورت۔

فوائد :- یہ گولیاں دست آور ہیں۔ قبض، پیٹ کا اپھارہ، معدہ سے بخارات کا اٹھنا، (تبخیر معدہ) وغیرہ میں مفید ہے۔ جلودھر اور جگر کی سستی و کمزوری میں بھی دی جاتی ہے۔ پیٹ اور انتڑیوں کو غلاظت و موادِ فاسدہ سے پاک و صاف کرتی ہے۔

وِشمشٹی وٹی

اجزاء و ترکیب :- کچلہ شدھ دس تولہ۔ رس سندور اڑھائی تولہ۔ کشتہ فولاد اڑھائی تولہ۔ جائفل اڑھائی تولہ۔ لونگ اڑھائی تولہ۔ ان سب کو چشموں کے کاڑھے سے بھاونا دیکر مونگ برابر گولیاں بنالیں۔ خوراک ایک تا دو گولی صبح و شام بعد از غذا تین گھنٹے۔ گرم پانی یا دودھ کیساتھ دیں۔

فوائد :- یہ مرکب نروس سسٹم (اعصابی بے ترتیبی) کی کمزوری کو دور کرتا ہے۔ سردرد، پٹھوں اور جوڑوں کے درد، ضعفِ جگر و معدہ اور مثانہ کو دور کرتا ہے۔ قوتِ باہ پیدا کرتا ہے۔ زبردست ہاضم اور مقوی معدہ ہے۔ ذکاوتِ حس میں عجیب الاثر ہے۔ یہ مرکب ادھلی (یعنی کچلے کا عجیب مرکب) مردانہ کمزوری اور سستی کو دور بھگاتا ہے۔ شہوت پیدا کرتا ہے اور بے حسی کو دفع کرنے میں بے نظیر ہے۔ نیز بلغم چھانٹتا ہے۔ بلغم سے پیدا شدہ دردوں کو نفع دیتا ہے۔ اور اعصاب کو زبردست طاقت بخشتا ہے۔

یوگراج گوگل (شارنگدھر)

اجزاء :- سونٹھ، مگھاں، چتیہ (چیپ)، پیپلا مول، چترا، ہینگ بریاں، اجمود، سرسوں، زیرہ سفید، زیرہ سیاہ، رینوکا، اندرجو، پاٹھا، بابڑنگ، گج پیپل، اتیس، کٹکی، بھارنگی، وچ، مورواہر ایک تین ماشہ۔ ترپھلا دس تولہ۔ گوگل شدھ پندرہ تولہ۔

ترکیب ساختنی :- تمام ادویہ کو کوٹ چھان کر گوگل کیساتھ ہاون دستہ میں اس قدر کوٹیں کہ مانند موم نرم ہو جائے۔ دوران عمل ہاون دستہ میں قدرے گھی لگاتے رہیں تاکہ کوٹنے میں آسانی رہے۔ اگر سوا لاکھ چوٹ لگوائیں تو اعلیٰ ترین گوگل تیار ہو۔ اب اسکی گولیاں بقدر چار چار رتی تیار کریں۔

خوراک :- ایک گولی صبح ایک گولی شام ہمراہ گھی نصف چھٹانک یا جوشاندہ گلو۔

فوائد :- ریحی امراض مثلاً بواسیر ریحی۔ دردِ پشت۔ دردِ حیض۔ جوڑوں کا درد، نقرس، سوجن، رعشہ (ہاتھ پاؤں کا کانپنا) ادھرنگ، لقوہ، فالج، باؤ گولہ میں از حد مفید ہے۔ قوتِ ہضم بڑھاتا ہے۔ جگر کو طاقت دیتا ہے۔ یوگراج گوگل کے استعمال سے پیشتر معدہ صاف کر لینا چاہئے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

چورن کی تعریف

خشک جڑی بوٹیوں کو اچھی طرح کوٹ چھان کر سفوف (چورن) بنایا جاتا ہے اس ضمن میں جو نسخہ جات مندرج ہیں ان میں چورنوں کے اجزاء کو علیحدہ علیحدہ کوٹ چھان کر درج شدہ وزن کے مطابق ہی شامل کرنا چاہیئے۔ سب کو اکٹھا کوٹنے اور چھاننے سے ہر جزو پوری مقدار میں حاصل نہیں ہوتا کیونکہ بعض ادویہ سخت ہونے کے باعث اچھی طرح نہیں کوٹی جاتیں اور ان کا چورن بھی کم بنتا ہے۔

احتیاط

چورن میں شامل کیجانیوالی مفردات (جڑی بوٹیاں) تازہ، نئی اور صاف ہونی چاہئیں کرم خوردہ اور پرانی مفردات ہرگز استعمال نہ کریں۔ کیونکہ چورن کے کارآمد اور مفید الاثر ہونے کی مدت ایک سال ہی کی ہے۔

میٹھے اور نمکین چورن کوٹنے کے بعد مضبوط ڈاٹ والی شیشیوں میں بند رکھنے چاہئیں۔ کیونکہ یہ چورن نمی کو چوس لیتے ہیں۔ اس سے جلد خراب ہو جاتے ہیں۔ لہذا چورن بنا کر انہیں حفاظت سے رکھنے کی خاص احتیاط درکار ہے۔

LIBRARY
Anjuman Taraqqi Urdu (Hind)

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

اودی پتی کر چورن (بھیشج رتناولی)

اجزاء: سونٹھ۔ مرچ سیاہ۔ مگھاں۔ ہرڑ۔ بہیڑہ۔ آملہ۔ ناگرموتھا۔ وڑ نمک۔ بائبڑنگ۔ تخم الائچی خورد۔ تیزپات۔ ہر ایک ایک تولہ۔ لونگ دس تولہ۔ نزوی (ترید) چالیس تولہ مصری ساٹھ تولہ سب کو باہم آمیز کرکے چورن تیار کریں۔

خوراک: چار تا چھ ماشہ غذا سے پہلے تازہ پانی سے دیں۔

فوائد: یہ چورن اُمل پت (ترشی معدہ) درد، بواسیر، سوزش البول، سنگ مثانہ (پتھری مثانہ) کے لئے نعمت ہے۔ پیشاب آور ہے۔ پیشاب کی تکلیفوں میں عام استعمال کرایا جاتا ہے۔

اسگندھ آدی چورن (شارنگدھر)

اجزاء: اسگندھ ناگوری (کرم خوردہ نہ ہو) جڑ بدھارا۔ دونوں کو برابر وزن لے کر سفوف بنائیں۔

خوراک: تین ماشہ سے چھ ماشہ تک گائے کے نیم گرم دودھ سے دیں۔

فوائد: یہ چورن نروس سسٹم (اعصابی نظام) کو بہتر بناتا ہے۔ قوت باہ اور اعصاب کو طاقت دیتا ہے۔ قبض کشا ہے۔ ویرج کے پتلے پن اور ویرج کی کمزوری سے پیدا شدہ دماغی کمزوری کو دور کرتا ہے۔ ویرج کو گاڑھا کرکے جریان احتلام کو دور کرتا ہے۔ بدھارا کو سنسکرت میں بردھ دارک کہتے ہیں جس کا مطلب عصائے پیر یعنی بڑھے کی لاٹھی ہے۔ اس کے مسلسل استعمال سے بڑھاپے کے اثرات مثلاً

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

بال سفید ہونا جسمانی کمزوری اور چہرے پر جھریاں نہیں آنے پاتیں۔ اور بوڑھے ہمیشہ نوجوانوں کی سی تازگی چستی اور طاقت محسوس کرتے ہیں۔ دردوں کو دفع کرنے میں بھی اسگندھ چورن بے مثال ہے۔

تالیس آدی چورن (پرک گتا)

اجزاء:- تالیس پتر ایک تولہ۔ مرچ سیاہ دو تولہ۔ سونٹھ تین تولہ۔ پپلی چار تولہ۔ طباشیر پانچ تولہ۔ الائچی۔ دارچینی دونوں ایک ایک تولہ۔ مصری بتیس (۳۲) تولہ۔ تمام کا باریک سفوف کرلیں۔

خوراک:- دو ماشہ تا چھ ماشہ ہمراہ شہد یا شربت۔

فوائد:- بلغمی کھانسی۔ نزلہ۔ گلے کی خارش (خشونت گلو)۔ ضیق النفس (دمہ)۔ تپدق کی کھانسی۔ نیز بھوک نہ لگنا اور غذا سے نفرت ہونا۔ پیٹ کا اپھارہ اور بدہضمی میں عجیب اثر رکھتا ہے۔

سُدرشن چورن (شارنگدھر)

اجزاء:- ہرڑ۔ بہیڑہ۔ آملہ۔ ہلدی۔ کٹائی خورد۔ کٹائی کلاں۔ مرچ سیاہ۔ سونٹھ۔ مگھاں۔ کچور۔ پیپلا مول۔ گلو۔ دھمانسہ۔ کٹکی۔ شاہترہ۔ ناگرموتھا۔ ترایمان۔ نیتر بالا۔ پوست نیم۔ پوہکرمول۔ ملٹھی۔ کوڑا کی چھال۔ اجوائن۔ اندرجو۔ بھارنگی۔ تخم سہانجنہ۔ پھٹکڑی۔ وچ۔ دارچینی۔ پدماکھ۔ خس۔ چندن۔ اتیس۔ کھریٹی کی جڑ۔ شالپرنی۔ پرشٹ پرنی۔ بائبڑنگ۔ تگر۔ چترک۔ برادہ دیودار۔ چوب۔ پٹول پتر۔ جیوک۔ رشبھک۔ لونگ۔ بنسلوچن۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

نیلوفر۔ کاکولی۔ پترج۔ جاوتری۔ تیزپات ہر ایک ایک تولہ۔ چرائتہ ستائیس تولہ۔ کوٹ چھان کر باریک سفوف بنائیں۔

خوراک:- ایک ماشہ سے چار ماشہ تک پانی کیساتھ دن میں دو بار دیں۔

فوائد:- ہر قسم کا بخار بالخصوص ملیریا کو از حد مفید ہے۔ بخار کے حملہ سے دو گھنٹے پہلے سُدرشن چورن کی ایک خوراک دینے سے نفع ہو۔ ملیریا کے علاوہ تپ توبتی وغیرہ میں بھی اثر دکھاتا ہے۔ ملیریا بخار سے تلی بڑھتی ہے۔ مگر دوران بخار اس چورن سے تلی اپنی صحیح حالت پر قائم رہتی ہے۔ جگر کے فعل کو درست رکھتا ہے۔ کھانسی دمہ۔ درد پہلو (ذات الجنب) کو بھی نفع دے۔

چونکہ یہ چورن کڑوا ہوتا ہے لہذا ہم نے بطور آزمائش اس کے جوشاندے کا عصارہ بنا کر گولیاں تیار کی ہیں۔ جن کے استعمال کرتے وقت مریض کو دوا کی کڑواہٹ محسوس نہیں ہوتی۔ چار رتی کی گولی چھ ماشہ سفوف کے برابر ہے۔

ملیریا بخار کے موسم میں اس چورن کا استعمال کرنا موسمی بخار سے محفوظ رکھتا ہے علاوہ ازیں درد پیٹ۔ بادگولہ۔ پیٹ میں ہوا کے باعث درد ہونے میں بھی دیا جاتا ہے۔

ستوپلادی چورن (اچلوت)

اجزاء:- مصری سولہ تولہ۔ بنسلوچن آٹھ تولہ۔ پپلی چار تولہ۔ دانہ الائچی خورد دو تولہ۔ دارچینی ایک تولہ۔ سب کو باریک کرکے کپڑچھان کرلیں۔

خوراک:- دو تا چار ماشہ چوتھائی حصہ بادام روغن یا روغن زرد۔

فوائد:- تپدق۔ کھانسی پرانی۔ دمہ۔ بخار جسم۔ امراض گلو۔ ضعف باصرہ

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

ضعف جسمانی کو دور کرتا ہے۔ بلغمی بخاروں میں اس چورن کا استعمال بڑا خوشگوار اثر رکھتا ہے۔ انفلوئنزا اور نمونیہ میں بلغم کو خارج کرکے مریض کو تسکین دیتا ہے۔

ستاوری چورن (شارنگدھر)

اجزاء:- ستاور، گوکھرو، تخم کونچ، چھال گنگیرن، بیج گنگھی، تال مکھانہ برابر وزن لیں اور کوٹ کر سفوف بنائیں۔

خوراک:- ایک تولہ تا دو تولہ نصف سیر دودھ گرم میں اوٹائیں۔ جب کھیر کی طرح بن جائے تب مصری ملا کر پلائیں۔

فوائد:- پتلے ویرج کو گاڑھا کرتا ہے۔ احتلام، جریان اور سرعت کو ہٹاتا ہے۔ قوت مردانہ پیدا کرتا ہے۔ مردوں کے لئے تحفہ نایاب ہے۔ اس چورن کو باقاعدہ ایک ماہ استعمال کرنے سے طبعی امساک بھی پیدا ہو جاتا ہے۔

داڑماشٹک چورن (شارنگدھر)

اجزاء:- انار دانہ آٹھ تولہ۔ دارچینی، الائچی خورد کے تخم، تیزپات تینوں ملا کر چار تولہ۔ مرچ سیاہ، مگھاں، سونٹھ۔ چار چار تولہ۔ کھانڈ ۳۲ تولہ شامل کریں۔

خوراک:- حسب ضرورت۔

فوائد:- خوراک میں رغبت پیدا کرتا ہے۔ گلے کے امراض میں نفع کرتا ہے۔ دستوں کو روکتا ہے۔ قابض ہے۔ کھانسی اور بخار کو فائدہ کرتا ہے۔ ہاضم ہے، جتھیبی یعنی بھوک لگاتا ہے۔ قے و متلی دور کرتا ہے۔ حاملہ عورتوں کی قے و متلی میں مفید ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

دشن سنسکار چورن (دانت منجن)

اجزاء:- سونٹھ، ہریڑ، ناگرموتھا، کتھ، کافور، سپاری سوختہ، کالی مٹی، سپاری جلی ہوئی، مرچ سیاہ، لونگ، دارچینی۔

تمام ادویہ ہموزن لیکر باریک سفوف بنالیں اور اس کے برابر وزن کھریا مٹی ملا دیں۔

فوائد:- دانتوں کا میلا زرد، کمزور ہونا، دانتوں کا ہلنا، دانتوں کی تکالیف درد، مسوڑھوں کا پھولنا وغیرہ میں بیحد مفید ہے۔ دانتوں سے خون آتا ہو تو اسے بند کرتا ہے۔ بدبو کو دور کرکے خوشبو پیدا کرتا ہے۔

لون بھاسکر چورن (شارنگدھر)

اجزاء:- نمک سانبھر آٹھ تولہ۔ نمک سونچل پانچ تولہ۔ نمک وڑ، نمک سیندھا، دھنیا، پپلی، پپلامول، زیرہ سیاہ، تیزپات، ناگکیسر، تالیس پتر، املویدہ ہر ایک دو تولہ۔ مرچ سیاہ، زیرہ سیاہ، زیرہ سفید، سونٹھ ہر ایک ایک تولہ۔ انار دانہ چار تولہ، دارچینی، الائچی خورد نصف نصف تولہ۔ تمام ادویات کا سفوف بنا کر رس لیموں میں سات روز تک تر و خشک کرکے محفوظ کر رکھیں۔

خوراک:- ایک ماشہ سے چار ماشہ تک ہمراہ گرم پانی یا عرق سونف وغیرہ۔

فوائد:- ہاضم و تشتی ہے۔ باؤگولہ، بواسیر، طحال، سنگرہنی، بدہضمی، قبض، درد پیٹ کے لئے استعمال میں آتا ہے۔ معدہ اور انتوں کی ہوا کو خارج کرتا ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

خوراک کو جلد ہضم کرتا ہے پیٹ کی تمام بیماریوں میں منافع بخش ہے۔

موصلی چورن (رسا رنگمدھر)

اجزاء: موصلی سفید، ست گلو، تخم کونچ، گوکھرو، موصلی سنبھل، آملہ، تمام دوائیں ہموزن لیکر اس کے برابر مصری کوزہ شامل کر کے چورن بنالیں۔

خوراک: چھ ماشہ سے ایک تولہ تک ہمراہ دودھ گائے۔

فوائد: ویریہ کو شہد کی مانند گاڑھا کرتا ہے۔ احتلام، جریان اور سرعت کو ختم کرتا ہے۔ مردانہ کمزوری دور کر کے طاقت پیدا کرنے میں لاجواب ہے۔ ویریہ کی کمی کو دور کر کے ویریہ بکثرت پیدا کرتا ہے۔ لیکوریا، سیلان الرحم ادویہ بھی دیا جاتا ہے۔

ورہت گنگادھر چورن (رسا رنگدھر)

اجزاء: ناگرموتھا، شیوناک، سونٹھ، گل دھاوا، لودھ پٹھانی، اسگندھ، بالا، ہلدی، موچرس، پاٹھا، اندرجو، کوڑسک، مغز تخم آم، اتیس، لاجونتی، برابر وزن لیکر چورن بنالیں۔

خوراک: دو تا چار ماشہ چاولوں کے دھوون یا چھاچھ کے ہمراہ دیں۔

فوائد: ہر قسم کے دست مروڑ سنگرہنی کے لئے لاثانی ہے۔ بچوں کے دست مروڑ وغیرہ میں بھی دیا جاتا ہے۔

ہنگوادی چورن (رسا رنگدھر)

اجزاء: ہینگ بریاں، پاٹھا، ہرڑ، دھنیا، اناردانہ، چترک کی جڑ کی چھال

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

پچوری، اجمود، سونٹھ، مرچ سیاہ، تمکھان، پاڈبیر، امل ویدہ، جنگلی اجوائن، تانہ ایلی کا گڈو، زیرہ سیاہ، پوکھرمول، بیج (ادرک)، بچ، بیہ، جوکھار، سجی کھار، نمک سیندھا، نمک سیاہ، وڑنمک، نمک ساںبھر، نمک سمندری۔

سب ادویہ ہموزن لیکر سفوف بنالیں۔

خوراک: ۳ تا ۴ ماشہ گرم پانی، لسی یا پرانی برانڈی کیساتھ۔

فوائد: غذا ہضم نہ ہوتی ہو۔ ڈکارآتے ہوں یا اپھارے کی شکایت ہو تب یہ چورن استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ دستوں کو روکتا ہے۔ باؤ گولہ دور کرتا ہے۔ اور پیٹ سے ہوا کو خارج کرتا ہے۔ نیز ہر قسم کے درد شکم، قبض، بدہضمی، یرقان، تلی، جگر کی سستی و کمزوری، جگر کا بڑھنا وغیرہ کے لئے زود اثر ہے۔

ہنگواشٹک چورن (استانگ ہردے)

اجزاء: سونٹھ، مرچ سیاہ، مگھاں، اجوائن دیسی، نمک سیندھا، زیرہ سفید، زیرہ سیاہ، ہینگ بریاں۔

ان آٹھوں ادویہ کو مساوی الوزن لیکر بار یک کوٹ کر چھان لیں۔

خوراک: دو تا چار ماشہ گرم پانی یا عرق سونف سے دیں۔

فوائد: یہ چورن بدہضمی، ضعف معدہ، ہیضہ، اسہال (دست) سنگرہنی، باؤ گولہ، درد ریح، اپھارہ کو دور کرتا ہے۔ قوت ہاضمہ بڑھاتا ہے۔ اشتہا (بھوک) پیدا کرتا ہے۔ حرارت معدہ کو تیز کرتا ہے۔ جب کھانا ہضم نہ ہوتا ہو تب یہ چورن بڑا فائدہ کرتا ہے۔ غذا کو جلد ہضم کر کے جزو خون بناتا ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

کواتھ (جوشاندے)

کواتھ بنانے کا عام طریقہ

جن ادویات کا کاڑھا بنانا مطلوب ہو انہیں جوکوب کرکے سولہ گنا پانی میں مٹی یا قلعی شدہ برتن میں ڈال کر نرم آنچ پر پکائیں۔ جب چوتھائی پانی باقی رہ جائے تب کپڑ چھان کرکے نیم گرم استعمال کرائیں۔ اگر چینی ملانی ہو تو سولہواں حصہ ڈالیں شہد ملانا ہو تو آٹھواں حصہ ڈالیں۔

دشمول کواتھ

اجزاء: پوست بل۔ پوست کمبھاری۔ پاڈھل۔ شیوناک۔ ارنی۔ گوکھرو۔ کنڈیاری خورد وکلاں۔ شالپرنی۔ پرشٹ پرنی۔ یہ دسوں ادویات ہم وزن جوکوب کرلیں۔

خوراک: دو تا چار تولہ۔

فوائد: مشہور کواتھ ہے۔ بالعموم بطور انوپان دوسری دواؤں کیساتھ ہوتا ہے۔ وایو (ریح) کے امراض میں نفع کرتا ہے۔ وضع حمل کے بعد رحم کو طبعی حالت پر لاتا ہے۔ رحم، معدہ اور انتڑیوں میں وایو کو باہر نکالتا ہے۔ درد مٹاتا ہے۔ جوڑوں کا درد، گنٹھیا، رعشہ، ادھرنگ، لقوہ وغیرہ میں دیا جاتا ہے۔

دیودارو کواتھ

اجزاء: دیودار۔ وچ۔ کٹھ۔ منگھاں۔ سونٹھ۔ کائپھل۔ ناگرموتھا۔ چراتہ

کلی۔ دھنیا۔ ہرڑ۔ بیخ پیپل۔ لونگ کی جڑ۔ گوکھرو۔ دھماسہ۔ کٹیری کلاں۔ ایلس۔ گلو۔ کاکڑا سنگی۔ زیرہ سیاہ برابر وزن کوٹ لیں۔

خوراک: ۲ تا ۴ تولہ۔

فوائد: وضع حمل کے بعد بلانے سے پرسوتی بخار۔ دمہ۔ رعشہ۔ اور غشی کو دور کرتا ہے۔ فاسد مواد کو باہر نکالتا ہے۔

راسنا پنچک کواتھ

اجزاء: راسنا۔ گوکھرو۔ ارنڈ کی جڑ۔ دیودار۔ اٹ سٹ۔ گلو۔ املتاس کا گودا۔ برابر وزن لیں۔

خوراک: ۲ تا ۴ تولہ۔

فوائد: درد کمر۔ درد جسم۔ جوڑوں کا درد۔ گنٹھیا۔ تشنج وائگراؤں کو مفید ہے۔

مہا راسنا آدی کواتھ

اجزاء: راسنا دو حصے۔ دھماسہ۔ کھرینٹی۔ ارنڈ کی جڑ۔ دیودار۔ کچور۔ وچ۔ بانسہ۔ سونٹھ۔ ہرڑ۔ چب۔ ناگرموتھا۔ اٹ سٹ۔ گلو۔ بدھارا۔ سونف۔ گوکھرو۔ اسگندھ۔ اتیس۔ املتاس کا گودا۔ ستاور۔ منگھاں۔ پیاباسہ۔ دھنیا۔ کنڈیاری خورد وکلاں برابر وزن۔

خوراک: ۲ تا ۴ تولہ۔

فوائد: ریگن۔ لقوہ۔ گنٹھیا۔ جسم میں کپکپی۔ رعشہ۔ ادھرنگ۔ فالج اور

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

بانجھ پن کے لئے مفید ترین کواتھ ہے۔

چترکبھدر کواتھ

اجزاء :- گلو۔ اتیس۔ سونٹھ۔ ناگرموتھا۔ برابر وزن لیکر کوٹ لیں۔

خوراک :- ۲ تولہ تا ۴ تولہ۔

فوائد :- قابض ہے۔ بچوں کے امراض مثلاً قے۔ اسہال۔ بخار۔ ضعف ہضم
بخار۔ درد شکم میں فائدہ کرتا ہے۔

درہت منجشٹھا آدی کواتھ

اجزاء :- مجیٹھ۔ ناگرموتھا۔ کوڑ ساک۔ گلو۔ لنگھ۔ سونٹھ۔ بھرنگی۔ کنٹکاری۔
وچ۔ نیم کی چھال (پوست) ہلدی۔ دار ہلدی۔ ہرڑ۔ بہیڑہ۔ آملہ۔ پھول پتر۔ کٹکی
مروا۔ بابڑنگ۔ وجے سار۔ چترک مول۔ ستاور۔ ترائمان۔ پیپل۔ اندرجو۔
بانسہ برگ۔ بھنگرہ۔ دیودار۔ پاٹھا۔ کھدر چھال۔ لال چندن۔ نسوت۔ چھال نیم۔ چرائتہ
باپچی۔ املتاس کا گودا۔ چھال سوہنجنہ۔ بکائن (دھریک) کرنجوہ کی چھال۔ اتیس۔ غیتریالا
جڑ اندرائن۔ دھماسہ۔ اننت مول۔ پت پاپڑا۔

خوراک :- ایک تا دو تولہ۔

فوائد :- اٹھارہ قسم کے کوڑھ (جذام) فساد خون۔ آتشک۔ فالج۔
اعضائے جسم کی بے حسی۔ وات رکت کے لئے مفید واعلیٰ ہے۔ مصفیٰ خون ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

آرگودھ آدی کواتھ

اجزاء :- املتاس کا گودا۔ کوٹ۔ ترئی۔ مویز منقی۔ سناء۔ ہرڑ کلاں گوکھرو
۲-۲ تولہ۔

خوراک :- ۱ تا ۲ تولہ۔

فوائد :- ملین ہے۔ مخرج بلغم ہے۔ سینہ کی خشونت (کھرکھری) کھانسی دائمی
قبض کے لئے منفعت بخش ہے۔ جگر کے فعل کو درست کر کے صفراء کو خارج کرتا
ہے۔ بلغمی امراض میں نفع کرتا ہے۔

آیورویدک (دیسی چائے) چائے

اجزاء :- برگ تلسی ۸ تولہ۔ برہمی چار تولہ۔ دارچینی ایک تولہ۔ تیزپات ۴
تولہ۔ سونف ۴ تولہ۔ مگھاں ایک تولہ۔ ناگرموتھا ایک تولہ۔ صندل سرخ ۸ تولہ۔
الائچی کلاں دو تولہ۔ مشک بالا دو تولہ۔ لونگ ایک تولہ۔ ملٹھی ۴ تولہ۔ بنفشہ ۴ تولہ۔
کرن چار تولہ۔ سب ادویہ کو جو کوب کر لیں اور بطور چائے پانی میں جوش دے کر
دودھ اور کھانڈ ملا کر پلائیں۔

فوائد۔ گلے کی خرابی مثلاً سوزش۔ خراش اور سوزش سے پیدا شدہ
کھانسی۔ نزلہ زکام۔ بلغم کی زیادتی۔ سر کا بھاری پن۔ قبض۔ اعضاء شکنی۔ اور
انفلوئنزا میں بے حد مفید ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

گھرت و تیل

آیوروید میں گھرت اور تیل کو مختلف ادویہ کے ہمراہ پکا کر قابلِ استعمال بنایا جاتا ہے۔ مطلوبہ دواؤں کے کاڑھوں کے ساتھ بعض ادویات کا کلک بنایا جاتا ہے۔ یہ طریقہ عام فہم ہے اور تقریباً ہر شخص جانتا ہے۔ سنسکرت میں لکھے آیورویدک گرنتھوں میں اسے سنسکار گھرت یا تیل کہتے ہیں۔ سنسکار سے مراد یہ ہے کہ کسی دوسری شے کی تاثیر و خواص کو اپنے اندر جذب کر لینا۔

اس مقصد کے لئے گھی یا تیل کو مطلوبہ ادویہ کیساتھ مورچھن کر لیا جاتا ہے۔ گھی کو مورچھن کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ ایک سیر گھی میں ترپھلا۔ موتھا۔ ہلدی۔ [illegible] چھٹانک چھٹانک لیں اور انہیں چار سیر پانی میں پکائیں۔ جب پانی جل جائے تب گھی اس قابل ہو جاتا ہے کہ وہ دوسری جڑی بوٹیوں کے مفید اثرات اپنے اندر شامل کرلے۔

تیل کو مورچھن کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ ایک سیر تیل کو کڑاہی میں ڈالیں۔ جب جھاگ بند ہو جائے تب مجیٹھ۔ ہلدی۔ لودھ۔ ہرڑ۔ بہیڑہ۔ آملہ۔ موتھا۔ اسگندھ بالا۔ پھول کیوڑا۔ برگد کی کونپل۔ رتن جوت دو دو تولہ چار سیر پانی میں ملا کر پکائیں۔ پانی جل جانے پر تیل چھان لیں۔ یہ تیل مورچھت ہو کر اپنے اندر وصف پیدا کر لیتا ہے کہ دوسری ادویات کے خواص و تاثیر قبول کر سکے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

نارائن تیل (شارنگدھر)

اجزاء: - اسگندھ۔ کھریٹی۔ پوست بیل۔ پاڈھل۔ کٹائی خورد۔ کٹائی کلاں۔ گوکھرو۔ اتی بلا۔ پوست درخت نیم۔ پوست درخت شیوناک۔ جڑ اِٹ سٹ۔ پرسارنی۔ ارنی ہر ایک آدھ سیر۔ ان تمام کو جوکوب کرکے ڈیڑھ من پانی میں پکائیں۔ جب سولہ سیر پانی رہ جائے تب چھان لیں۔ روغن کنجد سولہ سیر۔ جوشاندہ ستاور چار سیر۔ شیر گاؤ سولہ سیر۔ کٹھ۔ الائچی۔ چندن سفید۔ مروڑ پھلی۔ ورچ۔ جٹا مانسی۔ سیندھا نمک۔ اسگندھ۔ کھریٹی۔ راسنا۔ سونف۔ دیودار۔ شالپرنی۔ پرشٹ پرنی۔ ماش پرنی۔ مونگ پرنی۔ تگر۔ ہر ایک آٹھ تولہ تیل تیار کریں۔

استعمال: - نیم گرم کرکے مقام ماؤف پر باندھیں۔

فوائد: - لقوہ۔ فالج۔ گنٹھیا۔ جوڑوں کی سوجن۔ رعشہ۔ اوجاع ترحیم۔ ریگن درد کمزور ہوتے ہیں۔ سینہ کا درد بھی رفع ہوتا ہے۔ خوردنی طور پر بھی مستعمل ہوتا ہے۔ نک میں نسوار دینے سے درد شقیقہ کو آرام ہو۔

لاکشادی تیل (شارنگدھر)

اجزاء: - کچی لاکھ کا دانہ چار سیر۔ گائے کے دہی کا پانی چار سیر۔ روغن کنجد ایک سیر۔ سونف۔ اسگندھ۔ ہلدی۔ برادہ دیودار۔ کٹکی۔ رینوکا۔ مروا۔ کٹھ۔ ملٹھی۔ چندن۔ موتھا۔ راسنا۔ ہر ایک سوا سوا تولہ۔

اوّل لاکھ میں سولہ سیر پانی ملا کر کاڑھا بنالیں۔ جب پانی جل کر چار سیر باقی رہے

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

تب چھان لیں اور تیل کو موم جامہ کرلیں۔ بعدازاں باقی ماندہ اشیاء کو بطور چٹنی پیس کر کاڑھا ملا کر نرم آنچ پر پکائیں۔ تیار ہونے پر چھان کر رکھیں۔

استعمال : جسم پر مالش کیجاتی ہے۔

فوائد :- تپ دق۔ پرانا بخار۔ چھاتی میں سوزش۔ نمونیہ۔ انفلوئنزا کے سبب پھیپھڑوں کے کمزور ہونے پر مالش کرنے سے نفع کثیر ہوتا ہے۔ اعضاء کے پھڑکنے میں خارش اور مرگی میں بھی مفید ہے۔ حاملہ عورت اگر اس تیل کی مالش اپنے پیٹ پر کرے تو حمل قائم رہے۔ سوکھا مسان میں جبکہ بچے سوکھ کر کمزور اور لاغر ہو جاتے ہوں اس تیل کی مالش اپنا اثر دکھاتی ہے۔

مرچ آدی تیل (رشا رنگدھر)

اجزاء :- مرچ سیاہ۔ زردی۔ چندن سرخ۔ ہڑتال طبقی۔ ناگر موتھا۔ مینسل جٹا مانسی۔ ہلدی۔ دارہلدی۔ دیودار۔ جڑ اندرائن۔ جڑ کنیر۔ کٹھ تلخ۔ بش۔ مدار دودھ آک۔ گائے کے گوبر کا رس۔ ہر ایک ایک تولہ۔ میٹھا تیلیہ دو تولہ۔ سب کا کلک بنائیں تیل سرسوں ایک سیر۔ گائے کا پیشاب دو سیر اور پانی دو سیر۔ تیل تیار کریں۔

استعمال :- تیل کی جسم پر مالش کریں۔

فوائد :- خشک خارش۔ سر اور بغل کی پھنسیاں۔ بقم۔ داد۔ چنبل۔ جذام الغرض تمام امراض جلد میں اثر کرتا ہے۔

پپھل گھرت (رشا رنگدھر)

اجزاء :- ہرڑ۔ بہیڑہ۔ آملہ۔ ملٹھی۔ کٹھ۔ ہلدی۔ دارہلدی۔ کٹکی۔ بابڑنگ۔

موتھاں۔ پیپلی۔ اندرائن کی جڑ۔ کائفل۔ درچ۔ میدہ۔ مہامیدہ۔ کاکولی۔ کھیر کاکولی۔ ساریوا۔ پرینگو۔ سونف۔ ہینگ۔ راسنا۔ چندن سرخ۔ چندن سفید۔ گل چنبیلی۔ طباشیر۔ نیلوفر۔ کھانڈ۔ اجمود۔ دنتی ہر ایک ایک تولہ۔ گھی گائے ایک سیر (گھی اس گائے کا ہو جس کا ایک رنگ ہو اور بچھڑا زندہ ہو) دودھ گائے چار سیر۔ بطریق مشہور گھی تیار کریں۔

خوراک :- ایک چمچہ گرم دودھ میں ملا کر شام کو دیں۔

فوائد :- قوت باہ بڑھاتا ہے۔ رحم کو بیحد طاقت دیتا ہے جسکی وجہ سے رحم کی پیچیدہ بیماریاں دور ہو جاتی ہیں اور رحم میں استقرار حمل کی قوت آجاتی ہے۔ مرض اٹھراہ کو فائدہ کرتا ہے۔ بانجھ عورت کو بھی قابل اولاد بناتا ہے۔ اگر دوران حمل اسے استعمال کیا جائے تو بچہ عقلمند، تندرست اور طاقتور پیدا ہوتا ہے۔

ترپھلا گھرت (رشا رنگدھر)

اجزاء :- ہرڑ۔ بہیڑہ۔ آملہ۔ منقی۔ پیپلی۔ چندن۔ سیندھا نمک۔ کھرینٹی۔ کاکولی۔ کھیر کاکولی۔ میدہ۔ مرچ۔ سونٹھ۔ کھانڈ۔ کنول گٹہ۔ نیلوفر۔ اٹ سٹ۔ ہلدی۔ دارہلدی۔ ملٹھی ہر ایک ایک تولہ۔ گھی گاؤ ایک سیر۔

(کاڑھا) جوشاندہ ترپھلا۔ جوشاندہ بھنگرہ۔ جوشاندہ بانسہ۔ شیر بز (دودھ بکری) ہر ایک ایک سیر۔ بمطابق طریق مشہور گھی تیار کریں۔

خوراک :- ایک چمچہ بھر دودھ گرم میں ڈال کر یا سبزی وغیرہ میں دیں۔

فوائد :- اس کے باقاعدہ استعمال سے امراض چشم مثلاً خارش، دھند،

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

"طبیب کا فرض ہے کہ اوّلاً مرض کی صحیح تشخیص کرے۔ بعد میں نسخہ تجویز کرکے فہم و فراست سے علاج کی طرف مائل ہو۔"

ہرشی چرک

غبار۔ جالا۔ موتیابند۔ رتوندہ۔ پانی جانا۔ سب عوارض دور ہوتے ہیں۔ دماغ کو تطیب دیتا ہے۔ آنکھوں سے متعلقہ اعصاب کو بھی طاقت دیتا ہے۔ نظر کی کمزوری میں اس کا استعمال بہت فائدہ کرتا ہے۔ نسوار دینے سے ناک کے امراض رفع ہوتے ہیں۔ قبض کشا بھی ہے۔

برہمی گھرت (گھرت)

اجزاء۔ برہمی کا رس چار سیر۔ گائے کا گھی ایک سیر۔ ان میں بچ، ورچ، بشنو کرانتی تینوں کا کلک ایک پاؤ۔ حسب دستور گھی تیار کریں۔ بعد میں چھان لیں۔

خوراک۔ تین تا چھ ماشہ ہمراہ دودھ یا کھانے میں ڈال کر بطور چپڑی دیں۔

فوائد۔ جنون۔ دماغی کمزوری۔ نسیان۔ زحل کا مرض (کمی یادداشت)۔ مرگی۔ ہسٹیریا۔ مراق۔ مالیخولیا میں بےحد مفید ہے۔ ذہانت بڑھاتا ہے۔ یادداشت کی طاقت پیدا کرتا ہے۔ دماغی کام کرنے والوں کے لئے عجیب الاثر ہے۔ دماغ تھکاوٹ محسوس نہیں کرتا۔

نوٹ۔ گائے کا گھی پرانا ڈالیں۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

پانچ مہا بھوت (عناصر) اور تین اخلاط کا تعلق

آیورویدک اصول کے مطابق انسانی جسم پانچ مہا بھوت (عناصر) یعنی پرتھوی۔ جل وایو۔ اگنی اور آکاش کا مجموعہ ہے۔ اور انہی مہا بھوتوں کی بدولت جسم میں کف۔ پت اور وایو تینوں اخلاط کی پیدائش ہوتی ہے۔ جیسا کہ کف (بلغم) پرتھوی اور جل کو ظاہر کرتا ہے۔

وایو ہوا اور خشکی کا مظہر ہے اور پت (صفرا) اگنی نمایاں کرتی ہے۔ ان تینوں اخلاط اور ان پانچ مہا بھوتوں کے طبعی اعتدال سے جسمانی صحت اور تندرستی قائم رہتی ہے۔" اگر ان میں کمی بیشی ہو جائے تو کوئی نہ کوئی مرض گھیرتا ہے۔

سپت دھاتو۔ جو خوراک منہ کے راستہ کھائی جاتی ہے وہ معدہ کی ہنڈیا میں جا کر پکتی ہے پکنے پر اس سے "رس" (کیموس) تیار ہوتا ہے اور باقی فضلہ رہ جاتا ہے جو آنتوں کی طرف چلا جاتا ہے۔ اب اس "رس" (کیموس) کے پکنے پر خون تیار ہوتا ہے اور اس کا کثیف (مل) حصہ کف کی شکل میں رہ جاتا ہے۔ خون پکنے پر اس کا جوہر گوشت (مانس) بن جاتا ہے اور کثیف حصہ پت یعنی صفرا بنتا ہے۔ گوشت پکنے کے بعد اس کا لطیف جوہر چربی بنتا ہے اور کثیف حصہ ناک کان کا میل وغیرہ بن جاتا ہے۔ چربی پکنے پر ہڈی بنتی ہے اور اس کا کثیف حصہ پسینہ بنتا ہے۔ ہڈی پکنے پر مجا یعنی ہڈی کے اندر کا گودا بنتی ہے اور کثیف حصہ بال روئیں اور داڑھی مونچھ کی شکل میں ظاہر ہوتا ہے۔

مجا پکنے کے بعد اس کا جوہر اعلیٰ ویریہ بنتا ہے اور کثیف حصہ جلد کی چکناہٹ اور آنکھوں کا کیچڑ بن جاتا ہے۔

ہم جو بھی خوراک کھاتے ہیں وہ اسی طرح ہضم ہو کر علی الترتیب "سپت دھاتو" کے مدارج طے کر کے جسم کی نشوونما کرتی ہے۔

وایو کف پت کے اثرات

اخلاط ثلاثہ (ہر سہ خلطوں) کی کمی و بیشی سے جو عوارض لاحق ہو جاتے ہیں ان کی تفصیل ذیل میں دی جاتی ہے۔

(کمی سے)

۱۔ وایو کی کمی سے جسم میں کاہلی۔ کم بولنا۔ کند ذہنی کی علامات نمودار ہو جاتی ہیں۔

۲۔ پت کی کمی سے جسم میں حرارت (گرمی) کم ہو جاتی ہے۔ قوت معدہ کمزور ہو جاتی ہے۔ چہرے کا جلال زوال پذیر ہونے لگتا ہے۔

۳۔ کف کی کمی کے سبب خشکی۔ جلن اور آلات انہضام سست پڑ جاتے ہیں۔ ہڈیاں کمزور ہو جاتی ہیں۔ بار بار پیاس لگتی ہے۔ نیند کم آتی ہے۔

(بیشی سے)

۱۔ وایو کے بڑھنے سے آواز میں کرختگی جسم میں سیاہی پن۔ آنکھ کان زبان وغیرہ اعضاء کا پھڑکنا۔ گرم کھانوں سے رغبت پیدا ہونا۔ نیند کم ہو جانا۔ طاقت میں کمی محسوس ہونا۔ قبض اور ریح پیدا ہونا وغیرہ علامات نمایاں ہو جاتی ہیں۔

۲۔ پت (صفرا) بڑھنے سے جلدی زردی۔ تپش و گرمی محسوس ہونا۔ طاقت کم ہونا۔ اعضاء بیہوشی۔ سرد غذاؤں کی خواہش۔ نیند کی کمی۔ پیشاب و پاخانہ کی حاجت بار بار ہونا۔ آنکھوں کا دُکھنا۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

۳- کف (بلغم) کی زیادتی سے سردی محسوس ہوتی ہے۔ جسم میں بھاری پن، سستی، نیند کی زیادتی، جوڑوں میں بھاری پن یا درد، جسم پر سفیدی آنا، ابکائیاں وغیرہ آنے لگتی ہیں۔

علاج معالجہ کی غرض سے مذکورہ بالا علامات اور خلطی بگاڑوں کو ہمیشہ مدّنظر رکھنا چاہیئے کیونکہ مرض کی صحیح تشخیص ہونے پر ہی علاج میں کامیابی اور مرض کی بیخ کنی (جڑ سے اکھاڑنا) ہوتی ہے۔

چار پاد (ارکان)

قدیم آیورویدک گرنتھوں میں علاج کے لئے چار پاد (چار ارکان) معالج (وید)، مریض، دوا (اوشدھی) اور تیماردار متعین کئے گئے ہیں۔

ان چاروں میں معالج یعنی وید کا رتبہ سب سے بڑا قرار دیا گیا ہے۔ چاروں ارکان کی مجموعی صفات درج ذیل ہیں۔

۱- معالج (وید) تعلیم یافتہ ہو۔ اور اس نے گرنتھوں کا باقاعدہ مطالعہ کیا ہو۔ عملاً تجربہ کار ہو۔ صفائی پسند اور صحت مند ہو۔ موقع شناس اور عقلمند ہو۔ مجرب ساز و سامان سے لیس ہو۔ حقیقت گو اور مذہبی انسان ہو۔ حریص ہو۔

۲- مریض۔ معالج پر اعتماد رکھنے والا۔ مالی طاقت درست۔ علاج معالجہ کے سلسلے میں روپیہ خرچ کرنے میں بخیل نہ ہو۔ قابلِ علاج مرض میں مبتلا ہو، پرہیزگار اور طویل العمر ہو۔

نوٹ: طویل العمر سے مُراد ہے کہ علم قیافہ اور بذریعہ سامدرک ہست ریکھا اس کی زندگی ابھی کافی ہو۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

۳- دوا۔ اچھی زمین میں پیدا ہوئی ہو۔ موسم کے مطابق اکھاڑی گئی ہو۔ مقررہ وزن میں دی گئی ہو۔ خوشبو، ذائقہ اور رنگت دل پسند ہو۔ خلطوں کو دُور کرنے والی ہو۔ مرض کی تشخیص کے بعد ہی تجویز کردہ ہو۔ درست حالت میں ہو۔

۴- تیماردار۔ اخلاص مند، محنتی ہو۔ چغل خور نہ ہو۔ صحت مند، شیریں کلام، خدمت گزار اور معالج کے حکم کی تعمیل پر کاربند ہو۔

بخار

بخار کی تعریف جسم کی طبعی حرارت کا حدِ اعتدال (۹۸.۴ فارن ہائٹ) سے بڑھ جانا بخار کہلاتا ہے۔ ایک تندرست جسم کا درجہ حرارت (ٹمپریچر) ۹۸.۴ فارن ہائٹ ہوتا ہے۔ اور اسی درجہ حرارت میں تمام جاندار زندہ و صحت مند رہتے ہیں۔ چھوٹے اجسام والے کیڑے مکوڑے اسی درجہ حرارت میں کمزور اور سست پڑ جاتے ہیں۔ اور ۹۸.۴ درجہ حرارت سے زیادہ میں کیڑے مکوڑے ہلاک ہو جاتے ہیں۔

علامات۔ حرارتِ جسم ۹۸.۴ فارن ہائٹ سے بڑھ کر ۹۹ تا ۱۰۱ تک پہنچ جائے تو اسے خفیف بخار (ہلکا بخار) کہتے ہیں۔ ۱۰۱ تا ۱۰۳ معتدل بخار ہوتا ہے۔ ۱۰۳ تا ۱۰۵ درجہ تک شدید بخار اور اس سے زیادہ درجہ حرارت ہو تو اسے شدید تر بخار یا تپ محرقہ بھی کہتے ہیں۔ جسے ڈاکٹری اصطلاح میں ہائی پائریکسیا کہتے ہیں۔ بخار کی سب سے بڑی معتبر یہی علامت ہوا کرتی ہے۔

علاوہ ازیں جلد گرم خشک ہوتی ہے۔ ہونٹوں پر پپڑی جم جاتی ہے۔ زبان خشک

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

ہو جاتی ہے۔ پیاس زیادہ لگنے لگتی ہے۔ معدہ اور آنتوں کی رطوبت خشک ہونے سے بھوک ختم ہو جاتی ہے۔ قبض اور سر درد ہونے لگتی ہے۔ جسم ٹوٹنے لگتا ہے۔ نبض کی رفتار تیز ابھری ہوئی ہوتی ہے۔ سانس تیز تیز چلتا ہے۔ پیشاب کم مقدار میں آتا ہے کیونکہ گردے کمزور ہو جاتے ہیں۔ کبھی کبھی پیشاب بند بھی ہو جاتا ہے۔ بے چینی۔ بے ہوشی، ہچکی اور غنودگی بھی طاری ہونے لگتی ہے۔ بعض اوقات کھانسی۔ نزلہ، زکام کیساتھ بھی خفیف بخار محسوس ہوتا ہے۔ اس حالت میں بجائے دفعیہ بخار کے اصل مرض کا علاج کرنا واجب ہے۔

اقسام۔ بخار کی اقسام کے متعلق بالوضاحت بیان بخوف طوالت نہیں دیا جا سکتا۔ تاہم چند مشہور و عام بخاروں کے متعلق واقفیت اور علاج کا طریقہ مختصراً درج ذیل ہے۔

ملیریا بخار۔ دنیا بھر میں اس نامراد بخار کی وجہ سے لاکھوں افراد موت کا شکار ہو جاتے ہیں۔ یہ موذی بخار بالعموم موسم برسات کے اواخر میں حملہ آور ہوتا ہے۔ جدید تحقیق کے مطابق ملیریا انافلیس نامی مچھر کے کاٹنے سے جسم کے اندر خون میں ملیریائی جراثیم داخل ہو جاتے ہیں۔ یہ تحقیق ۱۸۹۵ء میں ڈاکٹر راس نے دریافت کی تھی۔

علامات ملیریا۔ مریض کا جسم سردی سے کانپنے لگتا ہے۔ سر درد ہونے لگتی ہے تیز بخار کے ساتھ ساتھ پیاس لگتی ہے۔ ملیریا بخار کی دو قسمیں ہیں۔ ایک میں مقررہ اوقات پر بخار چڑھتا ہے اور قریباً ۴ گھنٹے تک رہتا ہے۔ دوسری قسم میں ۴۸ گھنٹے بعد چڑھتا ہے۔ جسے باری کا بخار بھی کہتے ہیں۔ اس کی بھی کئی قسمیں ہیں۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

علاج۔ سب سے پہلے مریض کا معدہ اور انتڑیاں صاف کرنے کے لئے "شکھ ودرم بھنی وٹی" اشنو کنجی رس۔ یا اچھا بھیدی رس وغیرہ دیں، تاکہ فضلہ خارج ہو۔ ازاں بعد بخار کی حرارت کو کم کرنے اور پسینہ لانیوالی دوا دیں۔

مرتنجے رس گرم پانی کیساتھ دینے سے پسینہ آجاتا ہے اور جسمانی حرارت بذریعہ پسینہ باہر نکل جانے سے بخار کم ہو کر اتر جاتا ہے۔

بخار کو قطعی طور پر روکنے کے لئے سدرشن چورن بہت مفید رہتا ہے۔ علاوہ ازیں کشتہ ابرک سیاہ۔ کشتہ ہڑتال گودنتی وغیرہ بھی نفع دیتے ہیں۔

ملیریا میں عام طور پر جگر یا تلی بڑھ جایا کرتی ہے۔ امرتا ارشٹ۔ کماری آسو، روہیتک ارشٹ جگر و تلی کے بڑھنے میں معجزہ نما ہے۔ یہ جگر و تلی کو گھٹا کر کم کر دیتے ہیں۔

ٹائیفائیڈ (میعادی بخار)

اس بخار کا دورہ عام طور پر اکیس یوم یا اس سے زیادہ ہوا کرتا ہے۔

علامات۔ آنتیں متورم ہو کر بیمار ہو جاتی ہیں اور دست آنے لگتے ہیں۔ جسم پر سرخ رنگ کے دھبے نمودار ہو جاتے ہیں۔ جسم میں کاہلی و سستی آجاتی ہے۔ پیٹ میں تکلیف رہتی ہے۔ بھوک کم اور پیاس زیادہ لگتی ہے۔ پیشانی پر درد۔ جی متلانا۔ دن بھر بیہوشی سی۔ رات کو نیند نہ آنا۔ زبان میلی وغیرہ شکایات ہوتی ہیں۔ درجہ حرارت کی نسبت نبض کی رفتار سست ہوتی ہے۔ پسینہ آور دوا دینے سے بخار اترنے کی بجائے تیز ہو جاتا ہے۔ پہلے ہفتہ بخار آہستہ آہستہ تیز ہوتا ہے۔ دوسرے ہفتہ یکساں رہتا ہے اور تیسرے ہفتہ آہستہ آہستہ کم ہوتا ہے۔ اس بخار میں پیٹ میں تکلیف رہتی ہے۔ کبھی

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

پیٹ پھول جاتا ہے کبھی گڑگڑاہٹ ہوتی ہے۔

علاج۔ اس بخار کے علاج میں غذائی پرہیز کو مدِّنظر رکھنا چاہیئے۔ مریض کو کوئی غذا دینے کی بجائے نہایت لطیف قسم کی غذائیت دیں۔ کیونکہ غذا آنتوں کی سوزش کے لئے مہلک ثابت ہوتی ہے۔ نیز جلاب آور دوا بھی ممنوع ہے بخار میعادی میں قبض دستوں کی نسبت عمدہ نشانی تصور کیجاتی ہے۔ کشتہ ابرک سیاہ۔ کشتہ موتی سیپ، کشتہ موتی، کشتہ ہڑتال گودنتی۔ ست گلو۔ بسنت مالتی رس اس کے لئے بے نظیر دوائیں ہیں۔

اگر کھانسی کی شکایت ہو تو ستوپلادی چورن وغیرہ بھی دیا جا سکتا ہے۔

پرسوت بخار

اسباب: وضع حمل کے بعد رحم کی مکمل صفائی نہ ہونے سے یہ بخار ہوتا ہے یا بوقت وضع حمل رحم میں خراش و زخم ہو جانے پانچ سات روز تک اس کے اندر مواد پیدا ہونے سے بھی پرسوتی بخار ہوتا ہے۔

یہ بخار کپکپی کے ساتھ شروع ہوتا ہے۔ بعد از وضع حمل عورت کا اعصابی نظام بے حد کمزور ہوتا ہے اور قدرتاً قوتِ مدافعت بھی کم زور ہو جاتی ہے۔ اس لئے عورت بخار کے حملہ کی تاب نہیں رکھتی۔ چونکہ یہ پرسوتی بخار عورت کے لئے بیحد خطرناک اور جان لیوا ہوتا ہے لہذا اس کے علاج میں کوتاہی نہیں کرنی چاہیئے بلکہ فوراً علاج معالجہ کی طرف رجوع کرنا ضروری ہے۔

علاج۔ پرتاپ لنکیشور رس کو دشمول کے کاڑھے کیساتھ پلائیں تاکہ رحم

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

کی صفائی ہو جانے۔ صفائی ہوتے ہی بخار اتر جاتا ہے۔ اس کے ساتھ ہی خوراک کھانے کے بعد دشمول ارشٹ پینے کو دیں۔ تاکہ رحم اور اس سے متعلقہ اعصاب و اعضاء کو طاقت ملے اور بخار کی حدت و خطرہ کم ہو۔ تمری پشپیات چورن بھی پرسوتی بخار میں نافع ثابت ہوتا ہے۔

انفلوئنزا

علامات۔ جسمانی حرارت کیساتھ بلغم کی کثرت۔ گلے کی خرابی جسم ٹوٹنا۔ نزلہ۔ زکام۔ کھانسی۔ سر میں درد۔ بھوک کی کمی انفلوئنزا کی علامات ہیں۔

علاج۔ جدید نظریئے کے مطابق یہ متعدی بخار مانا گیا ہے۔ اس کے علاج میں دافع بلغم (کف ناشک) ادویات دیں۔ بلغم رکنے سے بخار خود ختم ہو جاتا ہے۔ دافع بلغم کے ساتھ ساتھ مقوی معدہ اور ہاضم دوائیں دیں۔ تاکہ معدہ طاقتور ہو اور خوب بھوک لگے۔ مرتیجے رس۔ تربھون کیرتی رس۔ لکشمی ولاس رس۔ چندرامرت رس ستوپلادی چورن۔ سنجیونی وٹی۔ کشتہ ابرک سیاہ اور دیسی چائے کا استعمال مفید رہتا ہے۔

اسہال (دست)

اسباب وعلامات۔ بے وقت۔ بلا ضرورت۔ معمول سے زیادہ یا ثقیل (بھاری) غذا کھانے سے معدہ کمزور ہو جاتا ہے جس کے سبب غذا بخوبی ہضم نہیں ہوتی اور آنتوں میں سرسراہٹ ہونے لگتی ہے۔ اس سے آنتوں کی حرکات (PARATALTIC MOVEMENTS) تیز ہو جاتی ہیں۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

آنتوں میں غلاظت موجود رہنے سے سڑاند اٹھنے لگتی ہے۔ اس سڑاند سے ہوا پیدا ہوتی ہے اور ان وجوہات کی بناء پر پتلا پاخانہ بار بار آنے لگتا ہے۔

علاج۔ ابتداء میں ایسی قابض دوا نہ دیں جو اسہال (دستوں) کو فوراً روک دے۔ بلکہ معدہ کو طاقتور بنانے اور غذا ہضم کرنے والی دوائیں جب اسہال کے بعد معدہ و آنتیں غلاظت سے پاک ہو جائیں تب دست بند کرنے والی قابض دوا دیں۔

اسہالوں کا صحیح طریقۂ علاج یہی ہے کیونکہ دستوں کو یکدم روکنے سے بعد میں ان کا نتیجہ خطرناک نکلتا ہے۔

فاسد و غلیظ مادہ تو آنتوں کے ساتھ ہی چپکا ہوتا ہے۔ جو آنتوں کو خراب کر کے آنتوں کی دق (دق معوی) پیدا کرنے کا باعث بن جاتا ہے۔ اسہال زیادہ آنے سے جسم کمزور اور پیلا ہو جاتا ہے۔ اس مرض کے دفعیہ کے لئے لوکناتھ رس۔ رام بان رس۔ لون بھاسکر چورن۔ ہنگواشٹک چورن۔ جیسی موافق ہیں۔

آخر میں جبکہ اسہال بند کرنے مقصود ہوں تو کٹجا ارشٹ کا استعمال بہتر رہتا ہے۔

پرہیز۔ روٹی۔ دودھ و ثقیل غذاؤں سے۔ خوراک میں پتلی کھچڑی یا چاول دہی کے ساتھ دیں۔

مروڑ (پیچش)

اسباب و علامات۔ بالعموم اسہال کے مریضوں کو بار بار شکایت ہونے پر بھی پیچش نمودار ہو جاتی ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

اس مرض میں پیٹ میں بار بار مروڑ سا اٹھتا ہے۔ درد کے ساتھ پاخانہ تھوڑا تھوڑا خارج ہوتا ہے۔ پاخانہ کے ساتھ خون یا آؤں کی بھی آمیزش ہوتی ہے۔ مریض کو ہر وقت پاخانہ کی حاجت رہتی ہے۔

اگر مرض پرانا ہو تو پاخانہ کے ساتھ خون یا آؤں تنہا یا دونوں آتے ہیں۔ مریض کی رغبت خوراک میں نہیں رہتی۔ ہلکا ہلکا بخار بھی ہونے لگتا ہے اور پیٹ میں مروڑ اٹھنے لگتا ہے۔ بعض اوقات پیٹ و انتڑیوں کی جھلی زخمی ہو جاتی ہے اور جا بجا زخم بن جاتے ہیں۔ انہی زخموں سے خون رس رس کر پاخانے کے ساتھ نکلنا شروع ہو جاتا ہے۔

علاج۔ سب سے پہلے ارنڈی کا تیل (کسٹرائیل) دیں۔ تاکہ آنتیں نرم ہوں اس سے مروڑ میں بھی کمی ہو جاتی ہے۔ اس عمل کے بعد مناسب دوا دیں۔ جو دستوں اور پاخانے کو بند کرے اور معدہ کو طاقتور بنائے۔

اس ضمن میں گرہنی کپاٹ رس۔ گنگادھر رس۔ گنگادھر چورن مشہور ادویات ہیں۔ گرہنی کپاٹ رس کٹجا ارشٹ کے ساتھ دینے سے نفع کثیر ہوتا ہے۔

ہیضہ (کالرا)

اسباب مرض۔ گلی سڑی۔ کچی جلی۔ غلیظ یا قابض غذا کھانے سے یہ مرض پیدا ہوتا ہے۔ موجودہ نظریے کے مطابق ہیضہ ایک متعدی مرض ہے۔ ہیضہ کے جراثیم بذریعہ ہوا۔ غذا یا پانی وغیرہ صحت مند جسم میں داخل ہو کر بیماری کا پیش خیمہ بن جاتے ہیں۔

علامات مرض۔ ہیضہ میں مریض کا جی متلاتا ہے۔ پیٹ میں گرانی ہوتا ہے

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

پیٹ میں درد بھی محسوس ہوتا ہے۔ قے آتی ہے اور کثرت سے اسہال (دست) آنے شروع ہو جاتے ہیں۔ کثرتِ اسہال سے جسم میں پانی کی سخت کمی ہو جاتی ہے نتیجے کے طور پر مریض کی رفتارِ نبض نہایت سست پڑ جاتی ہے اور چہرے پر سفیدی آجاتی ہے۔ نیز پنڈلیوں میں اینٹھن ہو جاتی ہے۔

علاج مقوی معدہ، ہاضم و جراثیم کش ادویات دیں۔ اسہال کے سبب مریض کے جسم میں سے پانی کافی مقدار میں خارج ہو جاتا ہے۔ لہٰذا اس کی تلافی کے لئے پانی کی سخت ضرورت ہوتی ہے۔ پانی جوش دیا ہوا ہو تاکہ جراثیمی عنصر زائل ہو جائے۔ اگر پانی پینے سے مریض سے ہضم نہ کر سکے تو پانی (ڈسٹلڈ واٹر) آبِ مقطر کی صورت میں بذریعہ شریان داخل کیا جاتا ہے۔ تاکہ پانی کی کمی کے باعث خون غلیظ ہو کر منجمد نہ ہو جائے۔ اس سے مریض کی زندگی کو خطرہ لاحق ہو جاتا ہے۔ ہیضہ بالعموم موسمِ برسات میں پھوٹتا ہے۔ اس موسم میں بطور حفظِ ماتقدم پیاز، لیموں، پودینہ، انار دانہ و دیگر ہاضم اشیاء کا استعمال کریں۔ ہیضہ کے لئے "کرپورا سو" آیورویدک نسخوں کا مشہور مرکب ہے۔ اسے پانی میں ملا کر پلانے سے دستوں اور قے کو فوراً آرام ملتا ہے۔ متلی بھی بند ہو جاتی ہے اور نبض کی رفتار بھی بڑھ جاتی ہے۔ یہ رس زبردست جراثیم کش بھی ہے۔ علاوہ ازیں سنجیونی بٹی بھی ایسے ناگہانی موقعہ پر سنجیونی بوٹی کا ہی کام دیتی ہے۔

سنگرہنی (ذرب)

اسبابِ مرض اسہال و پیچش کے متواتر حملوں سے آنتیں اور معدہ انتہائی طور پر کمزور ہو جاتا ہے۔ انتڑیوں کا وہ حصہ جسے گرہنی کہا

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

جاتا ہے اور اس کا فعل معدہ کی ہضم شدہ غذا میں سے رس (CHYLE) لے کر جزوِ خون بناتا ہی ہے اپنے طبعی فعل میں سست اور کمزور پڑ جاتا ہے اور اس کی قوتِ ماسکہ (زیادہ دیر تک روکنے کی طاقت) معدوم ہو جاتی ہے۔ اس وجہ سے مریض غذا کھاتے ہی پاخانہ کی حاجت محسوس کرنے لگتا ہے۔ اس طرح خوراک ہضم ہوئے بغیر خام حالت میں ہی بذریعہ پاخانہ خارج ہو جاتی ہے۔ ذرا خیال فرمائیں اگر کھائی ہوئی غذا جزوِ بدن نہ ہو تو صحت کا حال کیا ہوگا؟ جسمانی کمزوری اور خون کی کمی ہو جائیگی۔ ان دونوں حالتوں میں خطرناک اور شدید امراض کے حملہ کا خوف بھی پیدا ہو جائے گا۔

علاج حرارتِ معدہ بڑھانے، معدہ کو طاقت دینے والی ہاضم اور قابض ادویات دیں۔ ان میں گرہنی کپاٹ رس، گنگادھر رس وغیرہ بے حد سریع الاثر ہیں۔ لون بھاسکر چورن اور کٹجارشٹ بھی فائدہ کرتا ہے واڑو ہنگ چورن کٹجی ارشٹ کیساتھ دیں۔ آیورویدک نسخوں میں سنگرہنی کے لئے پرپٹیوں کا طریقہ درج ہے۔ ان میں رس پرپٹی، لوہ پرپٹی، پنجامرت پرپٹی بے حد اکسیر ہے۔ ان پرپٹیوں میں سے کسی ایک کی پہلی ہی خوراک اپنا اثر دکھاتی ہے۔ آنتوں کی کمزوری کو دور کر کے انہیں از سرِ نو طاقتور و تندرست بنایا جا سکتا ہے۔ تاکہ غذا ہضم ہونے کے بعد ثفل کی صورت میں انتڑیوں میں اتر سکے۔

بواسیر

اسباب مسلسل ایک جگہ بیٹھے رہنے سے انتڑیوں کی سستی و کمزوری، دائمی قبض، گرم اشیاء کا بکثرت استعمال، بادی (ریح) وغیرہ

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

اس کے عام اسباب ہیں۔ فراغت کے وقت مقعد (گدا) کی رگوں اور دبانے پر دباؤ
پڑتا ہے جس کی وجہ سے خون جمع ہو کر وہیں رک جاتا ہے اور واپس نہیں آتا۔ اب
یہ مجتمع خون مسّوں کی شکل اختیار کر لیتا ہے۔ ان مسّوں میں بادی کی وجہ سے درد
اور تکلیف ہوتی ہے۔

اقسام۔ بواسیر کی دو قسمیں ہیں (۱) خونی (۲) بادی۔

خونی بواسیر میں بوقت حاجت ضروری مسّوں کے ساتھ فضلہ رگڑ کر خارج ہوتا
ہے۔ اس لئے مسّے پھوٹ جاتے ہیں اور خون بہنے لگتا ہے۔

مریض مسّوں کے پھوٹتے وقت سخت تکلیف پاتا ہے۔ مگر قہر درویش برجان درویش
برداشت کر لیتا ہے۔ خون بکثرت نکلنے سے خون میں کمی واقع ہو جاتی ہے اور کئی خون کے
امراض ابھرتے ہیں۔

بادی بواسیر میں آنتوں کی ہوا (ریاح) باہر نکلتی ہے تو مسّوں سے ٹکراتی ہے۔ اس
سے تکلیف پیدا ہوتی ہے۔ اور مریض درد سے بے چین ہو جاتا ہے۔

علامات۔ بواسیر میں مریض کی بھوک ہٹ جاتی ہے۔ ہاضمہ خراب ہو
جاتا ہے اور اپھارہ غالب ہو جاتا ہے۔ اخراج خون سے مریض
کمزور ہونے لگتا ہے۔ جائے پاخانہ (مقعد گدا) پر شدید جلن اور درد محسوس کرتا
ہے۔ اٹھتے بیٹھتے وقت بھی تکلیف ہوتی ہے۔ مرچ یا گرم کھانا بھی موافق نہیں آتا۔

علاج۔ قبض کشائی بواسیر کا سب سے اعلیٰ اور واحد علاج ہے۔ بواسیر
کے علاج میں سب سے پہلے قبض کو دفع کرنے کے لئے کوئی دوا
از قسم اچھیا بھیدی رس، جنگ ورد کینچی وٹی یا ابھیارشٹ وغیرہ دیں۔ اس سے

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

آنتوں میں جمع شدہ فضلہ یعنی پاخانہ نرم ہو کر باہر نکلے گا اور اپنی نرمی کی وجہ سے مسّوں
کو چھوڑے گا نہیں۔ بلکہ آسانی سے اس طرح خارج ہو جائے گا کہ کسی کو خبر تک نہ ہو سکے گی۔
اور مریض بوقت حاجت ضروری راحت و آرام پائے گا۔

قبض کشائی کے علاوہ معدہ و آنتوں کی ہوا کو بھی باہر نکالنا چاہیئے۔ خواہ وہ پاخانے کے
ساتھ نکلے یا باد مخالف (ریاح) کی صورت میں۔

اس مطلب کے لئے ابھیارشٹ یا پہلی آسو دینا چاہیئے۔ اس سے جگر کو طاقت
ملتی ہے اور جگر سے صفراوی مادہ آنتوں میں اترتا ہے۔ جس سے پاخانہ بافراغت آنے
لگتا ہے۔ پیٹ کی ہوا بھی پاخانے کے ساتھ ہی رفع ہو جاتی ہے۔ آئندہ ہوا کی پیدا
ہونے کا کوئی موقع نہیں ملتا۔ بادی بواسیر میں ارش کٹھار رس بیحد مفید ثابت ہوتا
ہے۔ ارش کٹھار رس سخت پاخانہ کو نرم کر کے باہر نکالتا ہے اور مسّوں کو خشک کرتا
ہے۔ جس سے مریض تسکین پانے لگتا ہے۔

بواسیر کے مسّوں میں جلن سے جائے پاخانہ کے گرد سوزش ہو تو سبز بھنگ
کو رگڑ کر ٹکیاں بنا لیں۔ ان ٹکیوں کو گھی میں تل کر مسّوں پر باندھنے سے بواسیری مسّوں
کی جلن درد اور تکلیف دور ہو جائیگی۔

قبض

انسانی جسم کو اس مشینری سے مشابہت دی جا سکتی ہے جسے چلانے کے
لئے ایندھن کی ضرورت ہوتی ہے۔ ہر بار نیا ایندھن ڈالنے سے پہلے بھٹی کو اچھی
طرح راکھ وغیرہ سے صاف کر دیا جاتا ہے تاکہ بھٹی میں آگ اچھی طرح جلائی جا سکے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

معدہ بھی ایک بھٹی ہے۔ جس کا ایندھن خوراک - اناج - سبزیاں - پھل - گوشت وغیرہ ہے۔ جسم کے تمام اعضاء کو تندرست بنائے رکھنے کے لئے خوراک درکار ہوتی ہے۔ خوراک معدہ کی بھٹی میں پکنے کے بعد رس تیار کرتی ہے۔ یہ رس جگر میں خون وغیرہ بننے کے لئے چلا جاتا ہے۔ اور باقی ماندہ فضلہ آنتوں میں اتر آتا ہے۔ اب اگر یہ فضلہ وقت بےوقت پر بذریعہ مقعد (گدا) خارج نہیں ہوتا تو ہم اسے قبض کہہ سکتے ہیں جو کہ تمام امراض کی ماں (اُمّ الامراض) ہے۔

اسباب اس مرض کے یہ ہیں کہ دیر ہضم - ثقیل روغنی غذا - بیسن، انڈے، مچھلی، کچالو وغیرہ - زیادہ پسا ہوا اناج - میدہ اور میدہ سے بنی مٹھائیاں - بکری اور سوکھی غذا بے وقت کھانا یہ سب قبض کے ذمہ دار ہیں۔ علاوہ ازیں ایک طبیبانہ نکتہ یہ بھی ہے کہ جگر سے خارج ہونے والا صفراوی مادہ پت آنتوں میں گر کر جمع شدہ فضلے کو پانی کی شکل میں باہر نکال دیتا ہے۔ اگر یہی صفراوی مادہ کم مقدار میں آنتوں کی طرف آئے گا تو ظاہر ہے کہ فضلہ کو باہر نکلنے میں دقت پیش آئیگی اور آنتوں میں ہی سڑاند پیدا کرے گا۔

آنتیں معدہ سے حاصل شدہ فضلہ کو قبول و خارج کرنے کے لئے ایک قسم کی مخصوص حرکات میں مصروف رہتی ہیں۔ ان حرکات (MOVEMENTS) کے کمزور و سست پڑ جانے سے قبض کی شکایت پیدا ہو جاتی ہے۔ مگر ان کا کمزور و سست پڑنا اور جگر سے مادہ صفراوی آنے کی کمی و دیگر بیماری اسباب سے ہے۔

قبض سے ہاضمہ کی کمی، بھوک نہ لگنا، حرارتِ معدہ کم ہونا، اپھارہ، غذا سے بے رغبتی، پیٹ کا بھاری پن، جماہیاں، سر چکرانا، پیٹ درد و دیگر شکایتیں پیدا ہو جاتی ہیں جو رفتہ رفتہ خطرناک بیماری کی صورت اختیار کر لیتی ہے۔ لہٰذا تجربہ سے ثابت

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

میں چوکنا رہنے کی ضرورت ہے۔ جہاں کہیں اس امر کی صورت پیدا ہو فوراً توجہ کرنی چاہیئے۔

علاج۔ قبض کے علاج میں واضح قبض ملین دوائیں دیں۔ مثلاً اچھیا بھیدی رس، گلقند، مربہ ہڑ وغیرہ۔ مگر اچھیا بھیدی رس آنتوں کو فضلے سے مکمل طور پر صاف کر دیتا ہے۔

معمولی قبض اور نازک مزاج والوں کے لئے [illegible] مفید رہتی ہے۔ ناراچ رس، گھوڑا چولی رس، کماری آسو، ابھیا ارشٹ، دراکشاسو اور پپلی آسو بھی اسی مقصد کے لئے استعمال کئے جاتے ہیں۔

پیٹ کے کیڑے (کرم امعا)

اسباب۔ نئے اناج، زیادہ میٹھی غذائیں، گڑ یا گڑ سے بنی اشیاء، اڑد کی پیٹھی و دیگر ثقیل، نفاخ اور دیر ہضم غذاؤں کا زیادہ کھانا۔ فضلہ آنتوں کے اندر سڑاند پیدا کرتا ہے۔ و کیڑے کثیر تعداد میں پیدا ہو کر تکلیف و مرض کا باعث بن جاتے ہیں۔

علامات۔ پیٹ میں ہوا پیدا ہونا، جی متلانا، مقعد (گدا) میں خارش، جلن محسوس کرنا، پاخانہ کے ساتھ چھوٹے بڑے کیڑوں کا خارج ہونا۔ کیڑوں کی حرکات سے بسا اوقات اختلاج بھی لاحق ہو جایا کرتا ہے۔

نقصان۔ خوراک پوری ہضم نہیں ہوتی بلکہ کیڑوں کی نذر ہو جاتی ہے۔ مریض میں خون کی کمی کی وجہ سے اس کی رنگت سفید پڑ جاتی ہے اور کمی خون

سے کئی دیگر امراض سے بھی دوچار ہو جانے کا اندیشہ ہو جاتا ہے پیٹ اور آنتوں میں درد ہونا شروع ہو جاتا ہے۔ آنتوں کو سخت نقصان پہنچتا ہے۔

علاج علاج میں دو باتوں کو سامنے رکھیں۔ اوّل یہ کہ یہ نامراد خبیث کیڑے زندہ یا مردہ بذریعہ پاخانہ خارج ہو جائیں۔ دوم یہ کہ قاتل دیدان دوا کے استعمال سے کلی طور پر ہلاک ہو جائیں۔

چونکہ یہ کیڑے آنتوں کے اندر اپنی کمین گاہیں بنا کر چھپے رہتے ہیں اس لئے عام اور عملی دوا ان کیڑوں پر کوئی اثر نہیں کر سکتی۔

اس مقصد کے لئے انہیں باہر نکالنے کے لئے یہ تدبیر کرنی چاہیئے کہ رات کے وقت مریض کو گڑ کے چاول کھلائیں۔ کیونکہ یہ کیڑے گڑ پر فریفتہ ہوتے ہیں اور گڑ کی خوشبو پا کر دعوتِ طعام کے لئے باہر نکل آتے ہیں۔ بس اب یہی نادر موقعہ ہوتا ہے کہ مریض کو دوسری صبح اچھا بھیدی رس کا جلاب دیں۔ کیڑے کثیر تعداد میں بذریعہ دست و اسہال خارج ہو جائیں گے۔ اس عمل کے بعد بقایا کیڑوں کو ہلاک کرنے کے لئے کرمی کٹھار رس دیں۔ یہ رس ان کیڑوں کا سخت دشمن ہے۔ جراثیم کش ہونے کی وجہ سے یہ پیٹ و انتڑیوں میں باقاعدگی سے کیڑوں کا قلع قمع کر دے گا۔

ایک ہفتہ بعد مذکورہ بالا عمل دوبارہ کریں۔ مکمل علاج و کیڑوں سے نجات کلی حاصل کرنے کے لئے ایک دو ہفتہ مزید یہ عمل کریں۔ یہ نامعقول کیڑے ہمیشہ ہمیشہ کے لئے نیست و نابود ہو جائیں گے۔ عام حالتوں میں جبکہ اس عمل کی ضرورت نہ ہو تو کھانا کھانے کے بعد "وڈنگارشٹ" پلائیں۔ یہ ارشٹ بھی دافع کرم ہے۔ خون کی کمی پوری کو "نوائس لوہ" بھی دیتے رہیں۔ "نوائس لوہ" علاوہ خون پیدا کرکے جسم و چہرے کی سفیدی و بے رنگی

کو سرخی و شادابی میں تبدیل کر دیتا ہے اور کمزور و ناتواں جسم کو واقعی لوہے کی لاٹھ بنا دیتا ہے۔

یرقان (پانڈو)

اسباب: ثقیل، دیر ہضم غذائیں، گرم مصالحہ جات، شراب و مچھلی کا بکثرت استعمال۔ جگر سے خارج ہونے والے صفراوی مادہ (پت) کو آنتوں میں گرنے سے روک دیتا ہے۔ نالیوں کی رکاوٹ کے سبب صفراوی مادہ (پت) آنتوں کی بجائے خون میں شامل ہونے لگتا ہے۔ دورانِ خون اسکی زردی (پیلا پن) جلد کی نچلی سطح میں جمع ہونے لگتی ہے جس سے جسم کی رنگت زرد اور آنکھیں، چہرہ، ہونٹ، ناخن سب پیلے پڑ جاتے ہیں۔ پیشاب کے راستے پت (صفرا) خارج ہونے سے پیشاب بھی پیلا آتا ہے۔ مگر پاخانے کی رنگت سفید ہوتی ہے۔ کیونکہ پت آنتوں کے ذریعہ باہر نہیں نکلتی۔ بلکہ جگر میں ہی رکی رہتی ہے اور وہیں سے خون کیساتھ مل کر گردش کرتی ہے۔

علامات: ذائقہ کڑوا، بے چینی، گھبراہٹ، بخار، پیاس۔ خون کے سرخ ذرات کو کم کرکے پیلا پن پیدا کر دیتی ہے اور مریض کا جسم پیلا پڑ جاتا ہے۔ آنکھوں کی سفیدی میں پیلا پن آ جاتا ہے۔ ناخن تک پیلے پڑ جاتے ہیں۔ نیز بھوک بھی ختم ہو جاتی ہے۔

علاج: جگر میں سے پت کو خارج کرنے والی ادویات دیں جو جگر کی ان نالیوں کو بھی کھول دیں جن کے بند ہونے سے پت آنتوں میں نہیں اترتی۔

ان میں بطور مفردات ہرڑ، ترپھلا، گلو، کٹکی، گھیکوار اور نوشادر ہیں۔ دیگر مرکبات جو جگر سے پت کو خارج کرکے آنتوں میں لاتے ہیں وہ یہ ہیں۔ نوائس لوہ، کماری آسو

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

"ٹوانسلوہ" خون کے سُرخ ذرات بڑھاتا ہے۔ بھوک لگاتا ہے۔ صفرا کو خارج کرنے میں مدد دیتا ہے۔ جگر کی اصلاح کرتا ہے۔

اگر ان ادویات کیساتھ تریپھلا ٹونک اور وغیرہ بطور انُوپان (بدرقہ) دیا جائے تو ان سے زیادہ فائدہ حاصل ہوتا ہے۔

کھانسی (کاس یا سُرفہ)

اسباب۔ تُرش، تیل میں تلی اشیاء، اچار، تیز مصالحہ جات، امچور وغیرہ کے استعمال سے گلے، ناک و پھیپھڑوں کی جھلی میں سرسراہٹ سے سوزش ہونے لگتی ہے۔ جس کے باعث کھانسی ہونے کی شکایت پیدا ہو جاتی ہے۔

علامات۔ کھانسی دو طرح کی ہوتی ہے۔ بلغمی و خشک۔ بلغمی کھانسی میں سرسراہٹ سے جھلیوں میں سے بلغم رِس کر نمودار ہوتی رہتی ہے۔ اور کھانستے کھانستے بلغم بھی خارج ہوتی ہے تیز نزلہ، زکام اور بخار بھی ہو جاتا ہے۔ جسم ٹوٹنا یا سر میں بھاری پن بھی عام علامات ہیں۔

خشک کھانسی میں مریض بلغم خارج نہیں کرتا مگر کھانستے کھانستے بے حال ہو جاتا ہے۔ کالی کھانسی بھی کھانسی کی علیحدہ شاخ ہے جو ایک متعدی بیماری ہے اور بالعموم کم عمر بچوں کو ہو جایا کرتی ہے۔

علاج۔ بلغمی کھانسی کا علاج تالیس آدی چورن۔ کف کیتو رس، کرنگ سو۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

[illegible] سے کریں۔

خشک کھانسی میں جھلی کو رطوبت دینے والی ادویہ دیں۔ مثلاً ستو پلادی چورن۔ چندامرت رس، ایلادی وٹی، چلون پراش۔ دراکشاسو دیں۔

دراکشاسو و چون پراش کھانسی کے علاوہ پھیپھڑوں کو طاقت دینے میں بھی بے مثل ہے۔ خشک کھانسی میں جبکہ پھیپھڑے کمزور ہو گئے ہوں تب ان کا استعمال بے حد مناسب رہتا ہے۔

دمہ (ضیق النفس)

اسباب۔ دیرینہ کھانسی کی وجہ سے پھیپھڑوں اور سانس کی نالیوں کی دیواروں کی لچک کم ہو جاتی ہے اور سختی پیدا ہو جاتی ہے۔ اس سے مریض کو سانس لینے میں سخت دشواری ہوتی ہے۔ کیونکہ سانس لیتے وقت تنفس کی نالیاں پوری طرح نہیں پھیل پاتیں۔ اور یہ جھلی دیگر امراض کا باعث بن جاتی ہیں۔ دم گھٹنے لگتا ہے۔ سخت قسم کی کھانسی پیدا ہونے سے تنفس کی جھلیوں میں سرسراہٹ پیدا ہوتی ہے اور بلغم موجود رہتی ہے۔ نالیوں کا سخت ہونا۔ وائی وجہ سے خشکی پیدا ہوتا ہے۔ اسی لئے سرما میں سرد ہوا سے یا برسات کے موسم میں دمہ کا دورہ زیادہ ہوتا ہے۔

اقسام۔ دمہ کی دو اقسام ہیں (۱) بلغمی (۲) خشک۔

(۱) بلغمی دمہ میں مریض کی جھلیاں اور سانس کی نالیاں بلغم سے بھری رہتی ہیں۔ کھانستے کھانستے جب بلغم خارج ہوتی ہے تب مریض کو تسکین ملتی ہے۔

(۲) خشک دمہ میں مریض کھانستے کھانستے بے دم ہو جاتا ہے۔ مگر بلغم خارج نہیں

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

ہوتی ہے اس وجہ سے حرارت اور ضعف محسوس ہوتی ہے۔

علاج - خواص گھنگھارس۔ سترپلادی چورن۔ تالیس آدی چورن۔ چیون پراش۔ دراکشاسو۔ کنک آسو۔ بال ادیہ۔ ایلادی وٹی۔ کھدرادی وٹی۔ سدھ مکردھوج۔ کل سیندھور۔ کشتہ پارہ سنگیا۔ کشتہ تانبہ۔ کشتہ مور پنکھ وغیرہ۔

تپِ دق (راج یکشما)

گرنتھوں میں اس بخار کو "یکشما" یعنی بہت کمزور ہونا کہا جاتا ہے۔

اس کا سبب ایک عرصہ تک بخار کا قائم رہنا۔ بخار کے ساتھ کھانسی اور بلغم ہوتا ہے چونکہ رس بخوبی نہ پکنے کے سبب خون نہیں بنتا اسی وجہ سے بلغم بکثرت پیدا ہونے لگتی ہے بدن کو اپنی طاقت اور افعال برقرار رکھنے کے لئے جو غذائیت درکار ہوتی ہے وہ نہیں ملتی۔ اس لئے جسم میں خون کی کمی سے دیگر دھاتوؤں میں کمی واقع ہونے کے سبب حد درجہ کمزوری آجاتی ہے۔ زیادہ کمزوری سے ہلکا ہلکا بخار بھی محسوس ہوتا رہتا ہے۔ قوتِ مدافعت (مرض کا مقابلہ کرنے والی طاقت) بھی آہستہ آہستہ سست ہوتے ہوتے معدوم ہو جاتی ہے طب فرنگی کے نظریے کے مطابق تپدق ایک متعدی مرض ہے۔ جس کا سبب ایک خاص جرثومہ ہوتا ہے۔ انگریزی میں اسے ٹیوبرکلوزز (TUBERCULOSIS) کہا جاتا ہے۔ یہ خطرناک جراثیم جسم کے جس حصہ پر قابض ہوتے ہیں اسے دیمک کی طرح چاٹ جاتے ہیں۔ مثلاً پھیپھڑوں۔ ہڈیوں۔ غدودوں (GLANDS) اور آنتوں کا تپدق ہونا۔

علامات واسباب - تپدق کا سب سے بڑا سبب عام جسمانی کمزوری۔ خون کم مقدار میں پیدا ہونا۔ بلغم کی زیادتی۔ ہلکا

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

ہلکا بخار رہنا۔ بھوک نہ لگنا۔ قبض۔ جسمانی سستی۔ کثرتِ جماع۔ ویریہ کا ختم ہونا۔ ناقص غذا (باسی یا گلی ہوئی گلی سڑی) یا بدبودار تنگ وتاریک بوسیدہ مکانوں میں رہنا۔ غم وفکر میں غلطاں رہنا۔ اداسی غصہ وغیرہ۔

علاج - اس مرض کے لئے سونے کے مرکبات وسونے کا استعمال بہت مفید واکسیر مانا گیا ہے۔ آیوروید گرنتھوں نے تپدق کے لئے "سونا" ایک واحد دوا تجویز کی ہے۔ سونا زبردست جراثیم کش ہونے کے علاوہ مقوی بدن بھی ہے۔ اسے تپدق کے خطرناک جراثیم کو [illegible] ہلاک کرنیکی طاقت موجود ہے سونے کے مرکبات دینے سے تپ دق کے جراثیم ہمیشہ کے لئے نیست ونابود ہو جاتے ہیں اور مدقوق (دق زدہ) روز بروز صحت وتندرستی کے علاوہ حیرت انگیز مسرت بھی محسوس کرنے لگتا ہے۔ اس مطلب کے لئے آیورویدک نسخہ جات کے مطابق تیار کردہ بسنت مالتی رس۔ سدھ مکردھوج۔ کشتہ سونا۔ کشتہ موتی۔ شرنگارابرک۔ کشتہ موتی سیپ۔ کشتہ ابرک سیاہ۔ دراکشاسو۔ چیون پراش۔ سترپلادی چورن۔ سرو جوار وغیرہ تپدق میں دیئے جاتے ہیں۔

فسادِ خون

خون ہر جاندار کی صحت اور زندگی کی واضح شہادت ہے۔ یہ خوراک کے جزوِ بدن بننے کیلئے تیار ہوا ہوا مادہ جوہر ہے جس کے طفیل جسمانی اعضاء اپنی اپنی غذائیت حاصل کرکے نشوونما پاتے ہیں۔ جسم میں گندے وناقص خون کے سبب مہلک امراض پیدا ہوتے ہیں۔ نیز چہرے کی خوبصورتی میں بھی کافی فرق پڑ جاتا ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

ریاحی امراض

قدیم گرنتھوں میں ماہرینِ فن نے ریح (ردائی) کے ۸۰ امراض تجویز کئے ہیں۔ اگر جسم میں وائی کم ہو تو کاہلی سستی پٹھوں (اعصاب) میں بگاڑ و دیگر اعضاء کی نقل و حرکت میں کمی واقع ہو جاتی ہے۔

وائی کی کثرت سے جسم میں خشکی پیدا ہو جاتی ہے۔ جلد کی رنگت سیاہی مائل ہو جاتی ہے۔ پٹھوں و دیگر اعضاء کا پھڑکنا (تختلج الاعضاء) وجع المفاصل (جوڑوں کا درد) تشنج، رینگنی، گنٹھیا، فالج، لقوہ، رعشہ وغیرہ کی شکایات بھی ظاہر ہو جاتی ہیں۔

ریح کے باعث اعصاب میں خشکی سے تشنج (اینٹھن) پیدا ہوتا ہے جو شدید درد کا باعث بن جاتا ہے۔

وائی یعنی ریح کی بدولت ہی آنتوں سے فضلہ خارج ہوتا ہے مثانہ سے پیشاب نکل کر عضوِ مخصوص کے سوراخ کی طرف جاتا ہے۔

ہاتھ پاؤں کی جنبش، پلکیں جھپکنا اور دیگر حرکاتِ بدنی ریح (روائی) کی موجودگی سے ہوتے ہیں۔ لہٰذا اسی بنا پر جب ریاحی امراض (وائی روگ) غالب ہوتے ہیں تب حرکاتِ بدن میں سستی پیدا ہو جاتی ہے اور بے حسی و سرد مہری کے ساتھ ساتھ انسان کاہل الوجود ہو جاتا ہے۔

علاج۔ ارنڈ کا تیل (کسٹرائل) پلا کر پیٹ گندے مواد سے صاف کریں۔ اس سے قبض رفع ہو جاتی ہے اور ریاحی تاثرات بھی کمزور و کم ہو جاتے ہیں۔
یوگراج گوگل۔ مہا یوگراج گوگل۔ وشتنڈی وٹی۔ ہنگوا شٹک چورن۔ سدھ مکردھوج

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

مختلف امراض کے جراثیم خون میں شامل ہو کر جسم کے رگ و ریشوں میں پھیل کر پرورش پاتے رہتے ہیں۔ کثافتِ خون سے کئی عارضے شروع ہو جاتے ہیں۔ لہٰذا حصولِ صحت و تندرستی کے لئے یہ ضروری ہے کہ خون کو جراثیم کی آلودگی سے پاک و صاف کیا جائے۔

زہریلے و گندے خون سے جلد پر مختلف قسم کے پھوڑے اور پھنسیاں نمودار ہو جایا کرتی ہیں۔ علاوہ ازیں خارش۔ داد (دعقہ) چنبل۔ ایگزیما وغیرہ بھی خون کے زہریلے تاثرات کی وجہ سے لاحق ہوتے ہیں۔ پھوڑے پھنسیوں میں سفید مواد (پاک) کا پیدا ہونا جراثیم کی کثرت کی دلیل ہے۔

عام طور پر موسمِ برسات میں خون کے غلیظ ہونے سے ہی پھوڑے پھنسیوں کی شکایات پیدا ہوتی ہے۔ زیادہ میٹھی اشیاء کی یا گرم خشک غذائیں کھانے سے بھی خون میں بگاڑ آ جاتا ہے اور جراثیم کو پرورش پانے میں مدد ملتی ہے۔

علاج۔ کڑوی اور ٹھنڈی نیز مصفیِ خون ادویات کا استعمال کرنا خون کے بگاڑ کو درست کرتا ہے۔ خون کی صفائی سے پھوڑے اور پھنسیاں خشک ہو کر قطعی طور پر رفع ہو جایا کرتی ہیں۔ زہریلے تاثرات بھی ختم ہو جاتے ہیں اور جلد صاف ہو کر نکھرتی ہے۔

حصولِ علاج کے لئے رس مانکیہ۔ شدھ گندھک۔ ساریوادی آسو۔ کھدرارشٹ۔ مل سندور۔ تال سندور اور سدرشن چورن دیں۔ مرچ آدی تیل بیرونی استعمال کے لئے مفید ہے۔ یہ جراثیم کش ہونے کے علاوہ جلد کو بھی صاف کرتا ہے۔ خارش و پھنسیوں کو دور کرتا ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

رس سندور۔ مل سندور۔ وسمول ارشٹ۔ کشتہ شنگرف۔ کشتہ پارہ سنکھیا۔
ایلنگ وریس بہترین ادویات ہیں۔

خارجی استعمال کے لئے مہا نارائن تیل کی مالش کریں۔

سوزاک (گنوریا)

یہ چھوت دار مرض ہے جس میں پیشاب کی نالی متورم ہو کر اس سے پیپ آنے لگتی ہے۔ انسان کے سوا یہ مرض کسی اور جاندار کو نہیں ہوتا۔

اسباب ۔ شراب۔ مچھلی۔ گوشت۔ تیز گرم مصالحہ جات کھانا۔ حائضہ (جسے حیض آ رہا ہو) عورت سے مباشرت کرنا۔ فاحشہ عورتوں سے جماع کرنا۔

علامات ۔ یہ مباشرت کرتے وقت محسوس نہیں ہوتا بلکہ دو چار روز کے بعد پیشاب کے وقت جب تکلیف اور جلن ہوتی ہے تو پیشاب رک رک کر قطرہ قطرہ آنے لگتا ہے۔ تب پیلے رنگ کی پیپ خارج ہونے لگتی ہے۔ کبھی کبھی خون بھی جاری ہوتا ہے۔

علاج ۔ جراثیم کش پیشاب آور اور مسکن ادویات دیں۔ چندر پربھا وٹی۔ سار یواد ی آسو۔ اشیر آسو۔ چندن آسو حسب تدبیر دیں۔

آتشک (سفلس)

اسباب ۔ چھوت دار مرض ہے۔ نسلاً بعد نسلاً جاری رہتا ہے۔ اس خبیث بیماری میں عضو مخصوص پر پھنسی کی مانند زخم و سوراخ ہو

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

جاتا ہے۔ اس میں سے رسنے والا زہریلا مواد جس جگہ لگتا ہے وہیں جلن و سرخی پیدا کرتا ہے۔ مریض کو جسم میں آگ لگی ہوئی محسوس ہوتی ہے۔ فاحشہ عورتوں سے جماع کرنا اس مرض کا سب سے بڑا سبب ہے۔

علاج ۔ امیر رس۔ شار یوادی آسو۔ مل سندور۔ تال سندور۔ تامر سندور رس مانک وغیرہ دیں۔

کمی خون (انیمیا)

علامات ۔ چہرے پر پیلا پن۔ ہونٹوں کی پژمردگی۔ ناخنوں پر سفیدی۔ جسم میں کاہلی۔ دل و دماغ کی کمزوری۔ کام کاج میں جلد تھکاوٹ محسوس ہونا۔ سر چکرانا۔ ہاتھ پاؤں پھولنا۔

انسانی خون میں سرخ ذرات کی موجودگی فولاد کے جزو کی دلیل ہوتی ہے۔ فولاد سانس کی نالیوں میں آکسیجن کے ساتھ مل کر بکثرت سرخ ذرات پیدا کرتا ہے جس کی بدولت چہرے پر سرخی و شادابی کا نکھار رہتا ہے۔ خون کی موجودگی سے چہرے کا حسن اور نظام جسم قائم ہے۔

اسباب ۔ خون میں فولاد کی کمی اور جگر کے فعل کی سستی میں صفرا (پت) خون میں شامل ہو جاتا ہے۔ جس سے خون میں سرخی کم ہو جاتی ہے اور پیلا پن نمودار ہونے لگتا ہے۔ موجودہ روشنی میں اسے سفید ذرات کی کثرت کہتے ہیں۔ خون میں فولاد کے ذرات کی کمی سے اعضائے جسم کی مکمل طور پر پرورش نہیں ہوتی اور یہی وجہ ہے کہ تمام جسم میں کاہلی و کمزوری محسوس کی جاتی ہے۔

علاج ۔ فولادی مرکبات کا استعمال خون میں فولاد کے جزو کی کمی کو پورا کرتا

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

ہو جاتا ہے۔ نتیجے کے طور پر ویریج پتلا رقیق، اعصاب کمزور اور سُست۔ مثانہ میں گرمی۔ گُردوں میں کمزوری۔ جگر کے فعل میں سُستی واقع ہو جاتی ہے۔ پٹھوں کی سُستی سے عضوِ مخصوص میں بھی کمزوری آ جاتی ہے اسمیں رُکاوٹ کی طاقت بھی کم ہو جاتی ہے۔ فحش کلامی۔ بُری صحبت۔ پراگندہ خیالات جنسی ہیجان سینما۔ فحش ناول وغیرہ کے باعث رات کو خواب میں مُنتشر خیالات دماغ پر دھاوا بولتے ہیں۔ دماغ تخیلِ جنس سے مغلوب ہو جاتا ہے اور آلاتِ منویّہ و عضوِ تناسل (انڈی) میں تناؤ بیداری پیدا کر دیتا ہے جس کے سبب خواب کی حالت میں (بلا مقاربت) از خود ویریج ضائع ہو جاتا ہے۔ اِس حالت کو بدخوابی۔ سوپن دوش یا احتلام کہتے ہیں۔ جو ایک مردانہ مرض ہے اِس کی کثرت سے سُرعت انزال اور نامردی کی شکایت ہو جایا کرتی ہے۔

جریان

ویریج خارج ہونے کا راستہ مثانہ سے آگے عضوِ مردانہ کی جڑ میں کُھلتا ہے اور بوقتِ مباشرت جب انزال ہوتا ہے تو از خود یہ راستہ کُھل جاتا ہے تاکہ ویریج پیشاب کی نالی کی طرف جا سکے۔ اِس راستہ ویریج کیساتھ ایک سفید رطوبت بھی شامل ہو جاتی ہے۔ جو ویریج کو باہر نکلنے میں امداد کرتی ہے۔ یہ رطوبت پیشاب کی نالی اور راستے کو نرم بناتی ہے۔ جنسی خیالات کی پراگندگی اور پٹھوں کی کمزوری کے باعث ڈھیلے مُفرج ہو جاتے ہیں اور ویریج کچھ مقدار میں پیشاب کی نالی کے راستے میں آ جاتا ہے اور اسی وقت عضوِ مخصوص کی جڑ کے غدود (پراسٹیٹ گلینڈز) بھی اپنا عمل شروع کر دیتے ہیں ان کی رطوبت بھی ویریج کے ساتھ مل کر باہر نکل آتی ہے۔ اسے جریان منی کہتے

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

ہے۔ چہرے پر رونق آنے لگتی ہے اور جسم میں طاقت و چُستی پیدا ہو جاتی ہے۔ فولاد جگر پر اثر انداز ہو کر صالح خون پیدا کرتا ہے اور مجملہ عوارض کو رفع کر دیتا ہے۔

کُشتہ فولاد۔ کُشتہ منڈور۔ کُشتہ کیس۔ فولاس وہ۔ لوہ آسو۔ کماری آسو۔ چندر آدی منڈور۔ چندر پربھاوٹی وغیرہ سے کمئی خون کا علاج کیا جاتا ہے۔

امراضِ مرداں

جسم و صحت کی برقراری میں جن سات دھاتوؤں کو دخل ہوتا ہے اُن میں ویریج کا مقام سب سے زیادہ اہم ہے۔ گرنتھوں میں مرقوم ہے کہ ویریج جو برہمچرج ہے اس کی حفاظت سے زندگی رہتی ہے اور اس کے ضائع کرنے سے موت قریب آتی ہے۔

ویریج کا اخراج محض حصولِ عیش و عشرت ہی نہیں بلکہ از افزائشِ نسل (اولاد) پیدا کرنا بھی ہے۔ ویریج کو صرف موخر الذکر یعنی اولاد حاصل کرنے کے لئے ہی خارج کرنا چاہیئے۔

لذت کوشی کے لئے اِس قیمتی شے کو برباد کرنا صحت و تندرستی اور حُسنِ زندگی کو ختم کرتا ہے۔ ویریج کی کمی سے تمام جسم میں کمزوری آ جاتی ہے۔ نظر، دل، دماغ، گُردہ مثانہ، جگر، معدہ سب ضعیف ہو جاتے ہیں۔ ابتدا میں ان کمزوریوں کا غلبہ محسوس نہیں ہوتا۔ رفتہ رفتہ جب تمام قوتیں بے حس اور بیکار سی معلوم ہونے لگتی ہیں تب کہیں ویریج ضائع کرنے کی عظیم غلطی کا احساس ہوتا ہے۔

ویریج کے خارج ہونے کا سب سے بڑا اور قدرتی ذریعہ جماع ہوا کرتا ہے۔ علاوہ ازیں دیگر ذرائع غیر قدرتی ہوتے ہیں مثلاً مُشت زنی۔ اغلام بازی وغیرہ۔ لڑکپن میں مُشت زنی اور اغلام بازی کے سبب ویریج کچی حالت میں ہی کافی مقدار میں خارج

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

ہیں۔ پاخانہ کے وقت زور لگانے سے ویرج والی نالیوں پر دباؤ پڑتا ہے جس سے ویرج خارج ہو جاتا ہے۔ جریان کا ایک سبب قبض بھی ہوتا ہے۔ گرم یا خشک غذائیں کھانا بھی جریان پیدا کر دیتا ہے۔

سرعت انزال

ویرج کے پتلے پن و مقامی پٹھوں کی سستی سے جماع کے وقت بغیر لذت ویرج جلد خارج ہو جاتا ہے۔ اس میں جنسی ملاپ کی بے تابی اور شہوانیہ جذبے کا غلبہ ویرج کو جلد از جلد خارج کر دیتا ہے۔ مباشرت کے لئے ضروری ہے کہ جنسی معلومات سے واقفیت حاصل کی جائے تاکہ جنسی وظیفہ کار میں کوئی خامی نہ رہے۔ سرعت انزال در حقیقت ایک طرح کا ناقص جماع ہوتا ہے۔ اور نامردی کی وجہ بن جاتا ہے۔

نامردی

تین طرح کی ہوتی ہے۔ (۱) صحبت کے وقت عضو میں کمزوری آجانا (عضوی) (۲) صحبت کے وقت عضو میں شہوت کے جوش کی کمی (نفسیاتی) (۳) ویرج کا پتلا پن، سرعت انزال، پٹھوں کی کمزوری وغیرہ (وظیفی)

علاج۔ جریان احتلام اور سرعت انزال کے لئے ویرج کو گاڑھا کرنے والی دوائیں دیں۔ مثلاً کشتہ قلعی۔ کشتہ ترہتا۔ کشتہ مونگا۔ سورن بنگ۔ کشتہ سیپ۔ ستاوری چورن۔ موصلی پاک۔ موصلی چورن۔

نامردی کے لئے کشتہ سونا۔ کشتہ شنگرف۔ کشتہ سنکھیا۔ کشتہ تانبہ۔ بسنت کسمارکر رس۔ سدھ مکر دھوج۔ اشوگندھارشٹ وغیرہ دیں۔

ذیابیطس (مدھومیہ)

پیشاب کے ساتھ ساتھ مٹھاس کا خارج ہونا مدھومیہ ہے۔

علامات۔ پیشاب کی کثرت۔ بار بار اور زیادہ مقدار میں آنا۔ پیاس کی شدت وغیرہ۔

وجہ یہ ہے کہ جگر کے فعل کی کمزوری سے جگر زیادہ میٹھی چیزوں کے رس کو خون میں ملنے سے روک نہیں سکتا۔ اور مٹھاس خون میں داخل ہو جاتی ہے۔ خون اس مٹھاس کو باہر نکالنا چاہتا ہے۔ اور وہ اس مٹھاس یعنی شکر کو بذریعہ پیشاب باہر نکالتا ہے۔ پیشاب کی زیادتی سے جسم میں پانی کی ضرورت ہو جاتی ہے۔ اس سے پیاس بھی زیادہ لگتی ہے۔ بس یہی وہ علامات ہیں جو مرض ذیابیطس کو ظاہر کرتی ہیں۔

علاج۔ بسنت کسمارکر رس۔ کشتہ سونا اور سدھ مکر دھوج دیں۔ یہ طاقتور رس جسم میں طاقت پیدا کر کے بد نظامی پر قابو پاتے ہیں۔ پیاس کی شدت بھی کم ہو جاتی ہے۔ پیاس کم لگنے سے پیشاب بھی کم خارج ہوگا۔

دماغ اور اس کے امراض

اگر جسم ایک سلطنت ہے تو دماغ اس کا حکمران ہے۔ حواس خمسہ (دیکھنا، سننا، چھونا، چکھنا، سونگھنا) کا تعلق بھی دماغ سے وابستہ ہے۔ دماغ تمام طاقتوں کا مرکز ہوتا ہے۔ اگر دماغی کمزوری ایک عرصہ تک رہے تو اس حالت میں دماغی عوارض مثلاً فالج، سکتہ، جمود، مرگی، مالیخولیا اور پاگل پن وغیرہ آگھیرتے ہیں۔ اس لئے

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

جب کبھی دماغی کمزوری محسوس ہو اس کا فوراً تدارک کرنا چاہیئے۔

دماغ کو کمزور بنانے والی مندرجہ ذیل وجوہات ہوتی ہیں۔

جماع کی کثرت۔ رات زیادہ جاگتے رہنا۔ لہسن۔ پیاز۔ گرم مصالحہ جات۔ بھنگ و زعفران کا زیادہ استعمال۔ تنگ کپڑے پہننا۔ تمام طرح کے کھٹے کھانے۔ گرم خشک غذائیں حقہ تمباکو نوشی۔ سبزیوں میں کریلا۔ بینگن۔ میتھی وغیرہ مضر دماغ ہیں۔

زیادہ جُلاب لینے اور زیادہ پسینہ آنے سے بھی دماغ کو نقصان پہنچتا ہے۔

مندرجہ ذیل غذائیں دماغ کو تر و تازہ اور صحت مند بناتی ہیں۔

گائے کا مکھن یا گھی۔ خربوزہ، بادام شیریں، سونف۔ تمام مغزیات از قسم ناریل، اخروٹ پستہ وغیرہ۔ گاجر، شلجم، برہمی بوٹی۔ بالائی۔ گھیا لوکی۔ پیٹھہ۔ کستوری۔ بریانی۔ کھیر الائچی زردہ یخنی پلاؤ۔ ورق چاندی وغیرہ۔

خوشبویات سونگھنا۔ پھولوں کی بہار سے لطف اٹھانا۔ سبزہ دیکھنا۔ جسم اور سر پر مالش کرنا۔ غسل کرنا۔ فکر و تردد سے بے نیاز رہنا۔ غم اور غصّے کو نزدیک نہ آنے دینا یہ سب دماغی ترقی اور طاقت میں امداد کرتے ہیں۔

دماغی کمزوری کے لئے مندرجہ ذیل آیورویدک مرکبات کارگر ثابت ہوتے ہیں۔

سدھ مکر دھوج۔ کشتہ سونا۔ کشتہ چاندی۔ کشتہ مرجان۔ دراکشاسو۔ برہمی گھرت اشوگندھا ارشٹ۔ وشنشی وٹی وغیرہ۔

دل کے امراض

دماغ کے بعد دل کا مقام آتا ہے۔ دل حرارت غریزی کا سرچشمہ ہے۔ دل کے مصروف رہنے سے تمام جسم کی مشینری درست رہتی ہے۔

دل جسم کا وہ عضو ہے جس پر زندگی کا انحصار ہوتا ہے اور سب سے پہلے یہی حرکت میں آتا ہے۔ موت کے وقت بھی یہی ساکن ہو جاتا ہے۔ دیکھنے سے دل مٹھی بھر گوشت کا لوتھڑا ہے مگر اپنے اندر ایک دنیا لئے ہوتا ہے۔ جس میں خون و حرارت کے ساتھ ملا جلا ایک جذبہ بھی ہوتا ہے اور اسکی ہزاروں شاخیں ہوتی ہیں۔

چونکہ دل اندیشوں۔ افکار، حزن و ملال اور افسردگی سے جلد متاثر ہو کر خائف ہو جاتا ہے۔ اس سبب دل کی طاقت کے لئے بے فکری۔ خوش مزاجی اور زندہ دلی درکار ہے۔

کمزور دل والے کو (HEART PALPITATION) دورہ دل کا حملہ زندگی سے دور لے جاتا ہے۔ پہلے پہلے معمولی غشی ہوتی ہے۔ بعد میں مریض دل ہمیشہ کی نیند سو جاتا ہے۔

دل جسم کے ہر حصّہ کو خون پہنچاتا ہے۔ اس لئے ہر حصّے سے آشنا ہوتا ہے۔ اگر جسم کے کسی حصّہ ناک منہ، پیشاب۔ زخم وغیرہ کے راستہ خون خارج ہو تب بھی دل کمزور ہو جاتا ہے۔ اور اسکی حرکات سست پڑ جاتی ہیں۔ کثرت مباشرت سے بھی دل ضعیف ہو جاتا ہے۔ گرم آب و ہوا۔ گرم خوراک۔ شراب نوشی۔ نشہ کا استعمال۔ سُرخ مرچ گندا لباس پہننا۔ تاریک مکانوں میں رہنا۔ غم و غصّہ کرنا۔ خوف زدہ رہنا۔ مباشرت کے بعد غسل نہ کرنا۔ کمزوریٔ دل کے اسباب ہیں۔

دل کو طاقت اور فرحت پہنچانے کے لئے حسب ذیل ذرائع مفید ہوتے ہیں۔ کافور۔ صندل۔ دھوپ اگربتی۔ عطریات اور پھول سونگھنا۔ پھل کھانا۔ زود ہضم غذا کھانا۔ تربوز گاجر۔ آڑو۔ اناس۔ امرود۔ انار۔ گڑہل۔ انگور۔ گلاب۔ عرق بید مشک وغیرہ نفع کار آیورویدک مرکبات یہ ہیں:۔ سدھ مکر دھوج۔ کشتہ سونا۔ کشتہ چاندی۔ کشتہ عقیق

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

لکشمی ولاس رس۔ ارجن ارشٹ۔

بچّوں کے امراض

میرے نظریے کے مطابق ماسوا چند مخصوص امراض۔ بچّوں کے دانت نکالنے کے وقت۔ قے۔ مروڑ۔ درد پیٹ۔ دست۔ نمونیہ وغیرہ کی علامات بالغوں کے امراض کی علامات کے مطابق ہیں۔ چونکہ علامات میں یکسانی ہے لہٰذا طریق علاج بھی ایک جیسی ہی ادویات سے ہونا چاہیے مگر اس میں ایک احتیاط یہ رکھنی چاہیے کہ بچّے کی عمر و طاقت کے مطابق دوا کی خوراک مقدار تجویز کی جائے۔ بچّے کم عمری میں اپنی تکالیف کا احوال زبانی بیان کرنے سے قاصر ہوتا ہے۔ اس لئے معالج کو ہوشیاری کیساتھ تشخیص مرض کرنا واجب ہے۔ بچّوں کے ضمن میں غور طلب بات یہ ہے کہ بچّے نازک بدن ہوتے ہیں اور تیزی سے ان کی نشوونما ہوتا ہے۔ انہیں وقت مقررہ پر خوراک دیں۔ خوراک کی بے قاعدگی سے بچّے مختلف اقسام کی بیماریوں میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ دانت نکالتے وقت بچّوں کے مسوڑھوں میں سرسراہٹ ہوتی رہتی ہے جس کے باعث دماغی اعصاب میں بدنظمی واقع ہو جاتی ہے۔ اس سے نظام معدہ میں بھی خلل آ جاتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ دانت نکالتے وقت اکثر بچّے مرگا جاری ہیں۔ دست۔ قے۔ بدہضمی وغیرہ کا شکار ہوتے ہیں۔

بچّوں کی ہڈیوں کی مضبوطی و پرورش بدن کے لئے کیلشیم رکھنے والی ادویات و خوراک درکار ہوتی ہے۔ کیونکہ اس عمر میں بچّوں کے تمام اعضاء تیزی سے بڑھنے کی طرف راغب ہوتے ہیں۔ کیلشیم کی کمی سے بچّوں کو مٹی کھانے کی عادت پڑ جاتی ہے۔ جن بچّوں کی خوراک میں کیلشیم زیادہ مقدار میں ہوتا ہے انہیں دانت نکالتے وقت تکالیف [illegible]

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

نہیں کرنی پڑتیں۔ کیونکہ بچّوں کو مطلوبہ غذائیت پوری مقدار میں ملتی رہتی ہے جو جگر کے فعل کی درستی سے جزو بدن ہوتی ہے۔ لہٰذا جگر کے نظام کو تقویت دینے و درست رکھنے کے لئے جگر کی طرف بھی توجہ درکار ہے۔

بچّوں کو مرض کیساتھ کشتہ موتی۔ کشتہ شنکھ۔ کشتہ کوڑی۔ کشتہ موتی سیپ۔ کشتہ [illegible] بلا خوف دیئے جاتے ہیں۔ اس سے دانت نکالتے وقت انکی تکلیفیں بھی کم ہو جاتی ہیں۔ جگر کو طاقت ملنے سے خوراک ہضم ہوتی ہے اور بچّے ترقی کیساتھ نشوونما پاتے رہتے ہیں۔ اگر بچّے کو بعد از تشخیص مرض عمر اور طاقت کے مطابق دوا دی جائے تو یقین کامیابی ہوتی ہے۔

زنانہ امراض

مرد اور عورت کے امراض میں امتیاز یہ ہے کہ عورتوں کے تولیدی اعضاء کی ساخت مردوں کے قطعی مختلف ہوتی ہے۔ رحم کی موجودگی سے بچّہ پیدا ہونے کی امید وابستہ ہوتی ہے۔ رحم کا تعلق ماہواری خون سے (خونِ حیض) ہے۔ اگر خونِ حیض باقاعدگی سے رساؤ سُرخ رنگت کا صحیح حالت و صحیح مقدار میں آتا رہے تو اس کا مطلب کرم اولاد کا رحم میں ہونا ہوتا ہے۔ ماہواری کے بعد یہ کرم اپنی مخصوص جگہ OVARIAN GLAND سے نکل کر اپنا سفر جاری کرتے ہیں اور رفتہ رفتہ رحم میں داخل ہو جاتے ہیں۔ جہاں مرد کی منی کے کرموں سے ان کا ملاپ ہوتا ہے۔ ماہواری خون کا فعل رحم کو ہر قسم کی گندگی سے پاک صاف کرنا ہے۔ پاکیزگی رحم سے اس میں استقرار حمل کی صلاحیت پیدا ہو جاتی ہے۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

ماہواری خون کی زیادتی یا کمی۔ بے قاعدگی (دیر سے یا جلدی آنا) ایام ماہواری میں درد محسوس کرنا۔ خونِ حیض میں نیلاہٹ، سیاہی وغیرہ یا بے قاعدگی۔ یہ نسوانی امراض ہیں۔

خونِ حیض کی بے قاعدگی کی وجہ سوزش و زخم رحم ہے۔

خونِ حیض کی بے قاعدگی و خرابی حیض کے سبب رحم میں اولاد پیدا کرنے کی اہلیت نہیں رہتی۔ اس لئے حصولِ اولاد کی خاطر علاج زنانہ کے لئے سب سے پہلے خونِ حیض کی اصلاح کریں۔

لیکوریا (سیلان الرحم)

اندام نہانی میں سوزش۔ جلن۔ خارش۔ گندگی۔ زخم وغیرہ سے اندرونی جھلی میں سرسراہٹ ہوتی رہتی ہے۔ نیز گندے خیالات۔ فحش ناول پڑھنا۔ سینما دیکھنا۔ جماع کی خواہش وغیرہ لیکوریا کے اسباب ہیں۔ علامت اس کی یہ ہے کہ اندام نہانی سے سفید زردی مائل یا نیلگوں لیسدار رطوبت بہتی رہتی ہے۔ عورت کا معدہ کمزور ہو جاتا ہے۔ بھوک کم لگتی ہے۔ جسم سست و نڈھال سا رہتا ہے۔ کمر میں درد۔ ہاتھ پاؤں میں سستی۔ خون کی کمی۔ سر چکرانا۔ کام کاج میں تھکاوٹ محسوس کرنا۔ دل دھڑکنا۔ گھبراہٹ۔

علاج۔ رجہ پرورتنی وٹی۔ اشوکا ارشٹ۔ یوگراج گوگل۔ کاسیس۔ حیض کی بے قاعدگی کے لئے اعلیٰ ادویات ہیں۔ خون کی کمی سے حیض میں کمی ہو تو نوائس لوہ دیں۔ یا کشتہ فولاد و کشتہ منڈور۔ لوہ آسو وغیرہ دیں۔

علاج لیکوریا۔ سپاری پاک۔ اشوکا ارشٹ۔ کشتہ سیپ۔

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

کشتہ مونگا۔ کشتہ سیپ۔ کشتہ بیضہ مرغ۔ کشتہ تر دھاتا۔ چندر پربھا وٹی۔ سورن بنگ وغیرہ دیں۔

بانجھ پن

دنیا کی ہر عورت کی سب سے بڑی خواہش یہ ہوتی ہے کہ وہ ماں بنے۔ جن عورتوں کے ہاں اولاد نہیں ہوتی وہ اکثر مغموم، پریشان، اداس اور فکرمند رہنے لگتی ہیں۔ گھریلو کام کاج میں بھی ان کی کوئی دلچسپی نہیں رہتی۔ بعض عورتیں حصولِ اولاد کی خاطر کئی قسم کے گناہوں کا شکار بھی ہو جاتی ہیں۔

اولاد کے نہ ہونے کا سبب مرد اور عورت ہر دو میں موجود ہوتا ہے کیونکہ اولاد پیدا کرنے میں مرد و عورت کی منی کے تولیدی کیڑوں (SPERMATOZOEA) کا ملاپ ہونا ضروری ہوتا ہے۔ اگر مرد کے تولیدی کیڑے تندرست ہوں گے تو حمل فوراً قرار پا جائے گا۔ عیاش مردوں کی منی میں یہ تولیدی کیڑے کمزور ہو کر قطعی مر جاتے ہیں۔ اس وجہ سے بھی حمل قرار نہیں پا سکتا۔ مرد کا جنسی قوت سے محروم ہونا بھی بے اولادی کا سبب سمجھا جاتا ہے۔

عورت میں استقرارِ حمل نہ ہونے کی بہت سی وجوہات ہیں۔

۱:۔ بیضہ دانی (OVARIES) کا وجود نہ ہونا۔ یہ ناقابلِ علاج ہے۔

۲:۔ بیضہ دانی میں ورم ہونا۔ اس سے بناوٹ میں فرق آ جاتا ہے اور رسولی پیدا ہو جاتی ہے۔

۳:۔ بیضہ دانی کی نالیوں (قاذف) (FLOPIAN TUBES) میں ورم ہونا

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

یا کوئی اور نقص ہونا۔

۴۔ رحم کی بناوٹ کا درست نہ ہونا۔ مثلاً رحم میں ورم ہونا۔ آگے یا پیچھے کو جھک جانا وغیرہ۔

۵۔ رحم میں تیزابی رطوبت کا بکثرت پیدا ہونا۔ جو مرد کی منی کے کیڑوں کو ہلاک کر دیتی ہے۔ اس سے بھی حمل نہیں ٹھہرتا۔

۶۔ اندام نہانی کا بالکل تنگ ہونا۔ ورم ہونا یا شدید قسم کا سوزاک ہونا۔

۷۔ آتشک یا سوزاک ہونا۔

۸۔ عورت کا بیحد موٹی ہونا۔

۹۔ ایام حیض میں درد ہونا۔ اولاد پیدا ہونے سے روکتا ہے۔ کیونکہ درد سے عورت کو جماع کی خواہش نہیں رہتی۔

۱۰۔ پردہ بکارت کا سخت ہونا۔

علاج۔ حمل قرار پانے کے لئے ضروری ہے کہ مرد کی منی کا کیڑا عورت کے بیضہ سے ملاپ کرے۔ اگر بیضہ دانی کی نالیوں میں نقص ہو تو بیضہ بآسانی وقت مقررہ پر رحم میں نہیں جا سکتا۔ علاج میں یہ بات مدنظر رکھیں کہ اگر مرد میں کوئی نقص موجود نہ ہو تبھی عورت کے علاج کی طرف راغب ہونا چاہئیے۔

عورت کے رحم کی خرابیاں و نقائص حیض دور کرنے کے لئے "اشوکارشٹ"۔ دشمول ارشٹ۔ رجہ پرورتنی وٹی کا بھی استعمال کرائیں۔ عورت میں موٹاپے کے سبب حمل نہ ٹھہرنے پر اروگیہ وردھنی وٹی و دیگر علاج کروا دیں۔ رحم میں ریاحی اثرات کی موجودگی و رحم کی کمزوری سے عورت میں استقرار حمل کی صلاحیت نہیں رہتی۔ اس مطلب کے لئے اشوک گندھادی چورن و پھل گھرت مفید ثابت ہوتا ہے۔

حصولِ صحت پر ایک مفید کتاب

"صحت کی دیکھ بھال"

صحت و زندگی کی دیکھ بھال کرنا بھی عبادتِ زندگی میں شامل ہے

تندرست انسان کو دنیا بھر کی خوشیاں میسر ہوتی ہیں برخلاف اس کے مریض کے لئے دنیا کی ہر نعمت اور زندگی کی ہر خوشی حرام ہو جاتی ہے۔

حکماء کا قول ہے کہ صحت گرانقدر دولت ہے اسے کبھی بھی کھونا نہیں چاہئیے۔ اور وہ ایسی دولت ہے جو بادشاہوں کے خزانوں میں بھی کم یاب رہی ہے۔

صحت کی دولت کا خزانہ ان کے حصے میں آتا ہے جو اصولِ حفظانِ صحت اور روزمرہ کے قوانین کو اچھی طرح جانتے ہیں۔ ان اصولوں پہ عمل پیرا ہو کر انسان خوشحالی کی زندگی بسر کر سکتا ہے۔ اور لمبی عمر پاتا ہے۔

قدیم گرنتھوں میں "دن چریا" اور "رتو چریا" کے نام سے مفید ہدایات درج ہیں کویراج وید پرکاش جی بی اے نے سنسکرت کے گرنتھوں کے مطالعہ کے بعد اس بے نظیر کتاب کو تالیف کیا ہے۔

کتاب زیرِ طباعت ہے ——— قیمت صرف ایک روپیہ

پتہ

اشوک آیورویدک فارمیسی ۲۴۴ رنگا کی مارکیٹ امرتسر

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

حصولِ صحت پر ایک مفید کتاب

"صحت کی دیکھ بھال"

صحت و زندگی کی دیکھ بھال کرنا بھی عبادتِ زندگی میں شامل ہے

تندرست انسان کو دنیا بھر کی خوشیاں میسر ہوتی ہیں برخلاف اس کے مریض کے لئے دنیا کی ہر نعمت اور زندگی کی ہر خوشی حرام ہو جاتی ہے۔

علماء کا قول ہے کہ صحت گرانقدر دولت ہے اسے کبھی بھی کھونا نہیں چاہیئے۔

اور وہ ایسی دولت ہے جو بادشاہوں کے خزانوں میں بھی کم یاب رہی ہے۔

صحت کی دولت کا خزانہ ان کے حصے میں آتا ہے جو اصولِ حفظانِ صحت اور روزمرہ کے قوانین کو اچھی طرح جانتے ہیں۔ ان اصولوں پر عمل پیرا ہو کر انسان خوشحالی کی زندگی بسر کر سکتا ہے۔ اور طویل عمر پاتا ہے۔

قدیم گرنتھوں میں "دن چریا" اور "رتو چریا" کے نام سے مفید ہدایات درج ہیں کویراج وید پرکاش جی بی اے نے سنسکرت کے گرنتھوں کے مطالعہ کے بعد اس بے نظیر کتاب کو تالیف کیا ہے۔

کتاب زیرِ طباعت ہے —— قیمت صرف ایک روپیہ

پتہ

اشوک آیورویدک فارمیسی ۲۴ اکالی مارکیٹ امرتسر

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

صحت و شباب اور حسن و زندگی کا ممتاز صحیفہ

(قائم شدہ [illegible])

ماہنامہ آیوروید سماچار امرتسر

اس کی خصوصیات یہ ہیں کہ اس میں

- امراض کی تشخیص و تشریح اور اصول علاج پر بلند پایہ مضامین ہوتے ہیں
- جدید طبی تحقیقات اور طبی انکشافات پر روشنی ڈالی جاتی ہے
- نامور اطباء، ویدوں اور علمائے فن کے طبی تجربات تفصیل سے درج کئے جاتے ہیں
- حفظانِ صحت سے متعلق طبی اصول، درازیٔ عمر اور اعادۂ شباب کی بہترین تدابیر مفصل بیان کی جاتی ہیں
- سب سے نمایاں اور قابل قدر خصوصیت یہ کہ رجسٹریشن سے محروم حکیموں اور ویدوں کی رہبری و رجسٹریشن کا سب سے بڑا ذریعہ ہے

سالانہ زر تبادلہ پانچ روپیہ فی پرچہ پچاس نئے پیسے

نمونہ مفت طلب فرمائیں

پتہ: مینجر ماہنامہ آیوروید سماچار ۲۴ اکالی مارکیٹ امرتسر

https://www.facebook.com/AlHamdDwakhana

حکیم حاجی علی ضیاء صابری

- فاضل طب والجراحت
- رجسٹرڈ نیشنل کونسل فار طب حکومت پاکستان
- فاضل قانون نظریہ مفرد اعضاء
- سابقہ قریشی قرشی ہیلتھ سروس لاہور

0301-6914588

الحمد دواخانہ

386۔ فاطمہ جناح روڈ تلیانوالہ محلہ ساہیوال